

三重県ご当地メニュー

とんてき

ご当地キャラクター
ゆめはまちゃん



四日市市のご当地グルメ。

厚切り豚肉とにんにくと濃厚みそソースで炒めるの特徴です。

発祥は四日市市の中華料理店「來來憲(らいらいけん)」が1945年頃から提供を始めました。
シンプルな調理法であることから、今では家庭料理としても人気のメニューです。

ちゃつ

三重県の郷土料理。

お正月や法要など人がたくさん集まる時に作られているそうです。

もともと僧堂そうどうや仏事でつくられていた精進料理で、盛り付ける器が端は少し外側に反り、糸底は少し高く、朱漆塗りの木製皿で、その名前が「楪子ちゃつ」と呼ばれるものであったため、それに盛り付けられていた料理であることから、この名前がついたとされています。

青さ粉のお味噌汁

生産量は、全国1位で国内シェアの6割を占めている。

青さのりには食物繊維が40%以上含まれています。

食物繊維は便秘や血中コレステロールの上昇を防ぎ、さらに糖尿病の予防にも効果があると言われています。そしてビタミン類も豊富。ほうれん草の約2倍も含まれているビタミンAは、視力低下を防ぎ、健康な歯、肌をつくってくれます。

ストレスを解消する効果があり、骨を強くするビタミンCやカルシウム、血液をサラサラにし、中性脂肪を減少させるEPAも含まれています。

シュークリーム

市内桜町にあるシュークリーム(常温保存)が生産量日本一を誇るTAKEYAの工場がある。

1日あたり50万個、1年間では1億7千万個のシュークリームを生産し、全国に出荷しています。

単一工場での生産量としては日本一となり、毎日、卵と水あめを約2トンずつ、小麦粉を約1トン使っているようです。

という訳で、今日はプチシュークリームを付けています。