



# じょうかまちさくら えど 城下町佐倉・江戸ぐるめ



佐倉は、昔から江戸を支えた町として、成田・佐原・銚子と共に栄え、日本遺産にも選ばれました。

そこで、佐倉市内の小中学校では、江戸時代に佐倉で食べられていたものや、当時の名物を使った料理を「城下町佐倉・江戸ぐるめ」として、11月16日「佐倉市教育の日」に合わせて給食で実施します。

## 江戸時代に食べられていた食べ物

### 江戸っ子の大好物、ベスト3！

## えどさんぱく 江戸三白

大根は育てやすく、食べやすいため、だれからも好かれ、1年を通して欠かせない野菜でした。



だいこん  
大根



はくまい  
白米



とうふ

「豆腐百珍」という料理の本が出て、大人気となりました。

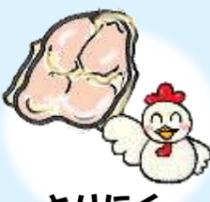
3つとも白い食べ物だから、『江戸三白』というんだよ！

江戸にはお殿様のためにたくさんのお米が集められていました。食べる機会も多く、お米好きが多かったそうです。



あじ

いわし



とりにく



こんぶ・わかめ



たまご



白玉もち



にんじん、ごぼう、こまつな、山芋、柿、干し柿、みかん



干しいたけ、かんぴょう、かてん、ごま

わたしたちが食べているものと、同じものがあるね！



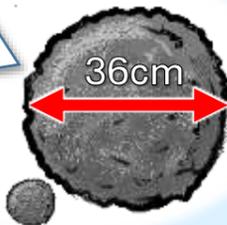
佐倉では、味噌の材料になる米や大豆がたくさん作られていて、今でも120年以上続く味噌屋さんがあるのよ。



みそ  
味噌

普通のものは6cmでしたが、将軍家に贈られたものは、36cmの大きなボールのような形でした。

佐倉こんにゃく



## 明治時代

旧佐倉藩出身の「津田仙」が西洋野菜を広め、クララ・ホイットニーが、津田仙の広めた西洋野菜を食べるための西洋料理のレシピ本を出版しました。

## 現代

いただきます！



江戸時代から続く、食の歴史や文化を味わいましょう！

佐倉市学校栄養士会



つだ せん  
津田 仙

西洋野菜を、日本に広めました！



西洋料理のレシピ本をつくりました！

クララ・ホイットニー