

## 今月の郷土料理

2025 年 12 月：北海道

「今月の郷土料理」は、毎月一つの都道府県を選び、その土地の郷土料理を紹介します

### ● 石狩鍋（献立ラクだもん幼児食：2025 年 12 月 5 日昼食に「石狩汁」として掲載）

「石狩鍋」は、北海道を代表する郷土料理です。サケで有名な石狩川の河口にある石狩町で生まれたとされ、もともとは漁師たちのまかない料理でした。江戸時代から盛んだったサケ漁の際に、大漁を祝ってとれたてのサケのぶつ切りやあらを味噌汁の鍋に入れて食べたのが始まりといわれています。昭和 20 年代には、石狩市の地びき網漁を見に来た観光客に「石狩鍋」を振る舞ったところ、そのおいしさが評判となり、全国に広まりました。味噌仕立ての温かい汁が冷えた体を温める冬の定番料理で、現在では家庭でも親しまれています。

具材はサケの身やあらのほか、たまねぎ、長ねぎ、キャベツ、大根、しいたけ、豆腐などが一般的です。家庭によってはいくらをのせたり、バターで風味をつけたりすることもあります。今回は、石狩鍋よりもお汁を多くし、給食でも食べやすいように「石狩汁」として提供します。



画像はイメージです

参考：「石狩鍋」[https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k\\_ryouri/search\\_menu/menu/ishikarinabe\\_hokkaido.html](https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/ishikarinabe_hokkaido.html)

### ● ラーメン（献立ラクだもん幼児食：2025 年 12 月 18 日昼食に「味噌コーンラーメン」として掲載）



画像はイメージです

明治 17 年（1884 年）、函館の洋食店で提供された「南京そば」が日本ではじめてのラーメンだったといわれていますが、詳しい資料は残っておらず定かではありません。戦後になると、寒い北海道ではラーメンが急速に広まり、札幌の味噌、函館の塩、旭川の醤油といった地域ごとのご当地ラーメンが生まれました。北海道のラーメンは、濃厚な豚骨スープを使うことが多く、これはアイヌの人々が食していた白濁した豚骨スープが影響しているともいわれます。麺は製麺所でつくられることが多く、店と製麺所のつながりが深いのも北海道のラーメンの特徴

です。旭川では香味油でスープの表面を覆い、冷めにくくする工夫がされています。函館はさっぱりとした清湯スープ、釧路はゆで時間が短い細い縮れ麺が特徴です。ほかにも、利尻の昆布ラーメンや室蘭のカレーラーメンなど、北海道各地で個性豊かな味を楽しむことができます。今回は、札幌の味噌ラーメンを子ども達でも食べやすいように、ひき肉やコーンを使っておいしく仕上げます。

参考：「ラーメン」[https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k\\_ryouri/search\\_menu/menu/ramen\\_hokkaido.html](https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/ramen_hokkaido.html)