

とっとり

ふるさと

たんけん  
探検

毎月19日は  
食育の日



令和6年11月19日号

鳥取市の学校給食センターでは、毎月19日の食育の日に「とっとりふるさと探検」として、地元の食材を活用した献立を提供しています。11月は、鳥取市鹿野町の施設で加工されている「あかもく」を紹介します。

あかもく

鳥取市鹿野町

あかもくのねばねば成分

食物繊維

アルギン酸

★特徴★

・免疫力を高める

・生活習慣病予防

・美肌効果



TORI きゅうちゃん

あかもくは、わかめやもずくと同じ海そう類で、ねばねばしているのが特徴です。冬から春が旬で、生命力が強く、どんなに厳しい気候でもよく育つのが特徴です。栄養価が高く、食卓に取り入れやすい食材です。くせがなく、臭みもないので汁物や和え物など幅広く使用できます。

あかもくの乾燥工程

給食で安心・安全に使用するために、エビやごみなどがついていないか一つ一つ手作業で確認しているよ！



乾燥前



乾燥後



70℃で5～6時間  
機械で乾燥

あかもくを使用した給食



あかもくのみそ汁

鳥取県産のあかもくを使っているので、地産地消になります。たくさん食べて鳥取の味を味わってください！

あかもく加工施設「すずかけ」のみなさん