

# 一プチ特集一 北中レシピ ～茅野市を〇〇で笑顔にしよう～



## 授業の内容

北部中学校は、地域の繋がりが深いことが特色です。3学年の総合的な学習の時間では「地域に貢献」することを、生徒たちが考える学習をしています。

今回取材をした3学年では、「茅野市を〇〇で笑顔にしよう」をテーマに掲げ、生徒一人ひとりが「〇〇」の部分にテーマを入れて、地域貢献の方法を考えています。

授業では、生徒たちから「食」、「観光」や「縄文」等がテーマとしてあがりました。茅野市のお土産が少ないことに着目して、お土産を考える生徒や、茅野市の特産品を活用したレシピ作りに取り組みむ生徒など、一人ひとりが異なった視点で地域貢献の方法について探究しています。

## 茅野市の特産品で地域貢献

茅野市の特産品には、高原野菜、果樹や寒天等、食材が多くあります。授業の中でも、「食」をテーマに糸萱かぼちゃ、ほうれん草やエンダイブ等の食材に注目した生徒がいます。今回紹介するレシピは生徒の一人が考えました。レシピの中にも、エンダイブが使われています。



エンダイブ・・・  
シャキシャキとした食感と大人の苦みが特徴の野菜で、サラダのアクセントとしても使われます。

## Interview



竹内 先生  
=北部中学校 教員=

授業を通して、子どもたちの探究力を磨いてほしいと思っています。テーマについて、調べて、発表するという行程から、一人ひとりの興味を深めることや発見することの喜びを感じてほしいです。

北部中学校では、地域との繋がりが深いです。生徒達には、自分の住む故郷の姿を知り、故郷のために何ができるか考えながら、郷土愛を育んでほしいです。



岩波 さん  
=北部中学校 3年生=

地産地消をテーマに茅野市の特産品を調べたときに初めてエンダイブを知りました。学校でとったアンケートでも知名度は高くなかったです。

実際に食べてみると、生では少し苦かったのですが、美味しく食べることが地産地消を促すことになると思い、レシピ作成をしました。

調べて発表して、エンダイブは、色々アピールできる食材だと分かりました。授業を通して、エンダイブだけでなく、茅野市の知らないことを発見できました。

## レシピ紹介

## エンダイブのケーキサレ



### 【材料(大人2人分)】

A	エンダイブ	1/4	B	バター	10g	塩・胡椒	適量
	玉ねぎ	1/4		オリーブ	大さじ1	オリーブオイル	大さじ3
	ベーコン	80g		卵	2個	牛乳	大さじ5
	コーン(冷凍)	30g		チーズ	お好みで	薄力粉	100g
				ドライトマト	適量	ベーキングパウダー	5g
						コンソメブイヨン	1/8

### 【作り方】

- Aのベーコン以外を細かくみじん切り。ベーコンは粗みじん切りにする
- 薄力粉、ベーキングパウダーをふるっておく
- フライパンにAとBを加え、塩・胡椒・コンソメブイヨンで炒め、7～8分炒めたら火を止めて、ドライトマトを加え、そのまま冷やしておく
- ボウルに卵、オリーブオイル、牛乳、チーズの順で入れ、その都度よくかき混ぜる一度に入れないのがポイント！
- 4に3を入れて混ぜる
- 5に薄力粉、ベーキングパウダーを入れてヘラでざっくりと混ぜ合わせる
- キッチンペーパーをひいた型に流し込み170℃に予熱したオーブンで40分焼く
- できあがったら、型から取り出し、粗熱をとる

他の野菜でもアレンジできるのでぜひ作ってみてください！