

日本列島 食紀行

～かるが厨房発～

Vol.27

今月は長崎県

令和 元年 12月18日(水)



今月は長崎県の郷土料理、「長崎ちゃんぽん・アスパラサラダ」を提供しました。長崎ちゃんぽんは、中国人留学生に、安くて栄養価のある高い食事をたべさせるために、考案されました。アスパラサラダは、新陳代謝に重要な役割を果たす「アスパラギン酸」が豊富に含まれ、エネルギー効果や体内の老廃物処理をしてくれます。

次回は「福井県」のご当地料理です☆