

● 大会弁当

大会弁当【信州長寿物語 食寿彩(しょくじゅさい)】

日本一の長寿県「長野」の魅力を十分に伝えられるよう、長野県産の食材を沢山使い、長野県の健康長寿を支えてきた食文化や、県下各地の特色を活かしたオリジナル弁当を製作しました。

弁当の具体的なメニューは、県内で栄養学を専攻する大学生・短大生が検討しました。

① 凍み豆腐のから揚げ きのこあんかけ

長野県の特産品凍み豆腐ときのこを使用しました。

② きのこのキッシュ

平成 27 年度きのこ料理コンクールで入賞した「きのこのキッシュ風ドリア」をアレンジしました。

りんごのコンポート

長野県産りんご「ふじ」を使用してコンポートに仕上げました。

③ 風さやか

風さやかは長野県が開発し、平成 25 年に品種登録された新しいお米です。冷めてももちりとしていて香りもしっかりと残るのが特徴です。

きやらぶき

長野県産のふきを使用しました。

④ 鹿肉の竜田揚げ

長野県内で捕獲されたニホンジカのロース肉を使用しました。長野県では鳥獣被害対策の一環として、信州ジビエの普及に取り組んでいます。

⑤ なすのおやき

長野県の粉食文化を象徴する、代表的な郷土食です。地域や家庭により、焼く、蒸かすなどの調理法があり、具材は野沢菜、切干大根、かぼちゃ、あんこなど様々なバリエーションがあります。

⑥ 塩丸いかのマリネ

塩丸いかは冷蔵庫が無かった時代から、海の無い長野県では貴重な海産物として各地で食べられてきた保存食です。

⑦ 五平餅(御幣餅) くるみみそ

米粒が残る程度に潰したものをタレをつけて焼き上げたもので、県内では古くから食べられてきた郷土食です。楕円形、わらじ型、団子型など様々な形があります。

⑧ アスパラガスのえごま和え

長野県産グリーンアスパラガスを使用しました。

⑨ 信州サーモン 山葵風味の野沢菜ソース

信州サーモンは長野県が 10 年かけ開発したブラウントラウトとニジマスの交配種です。

