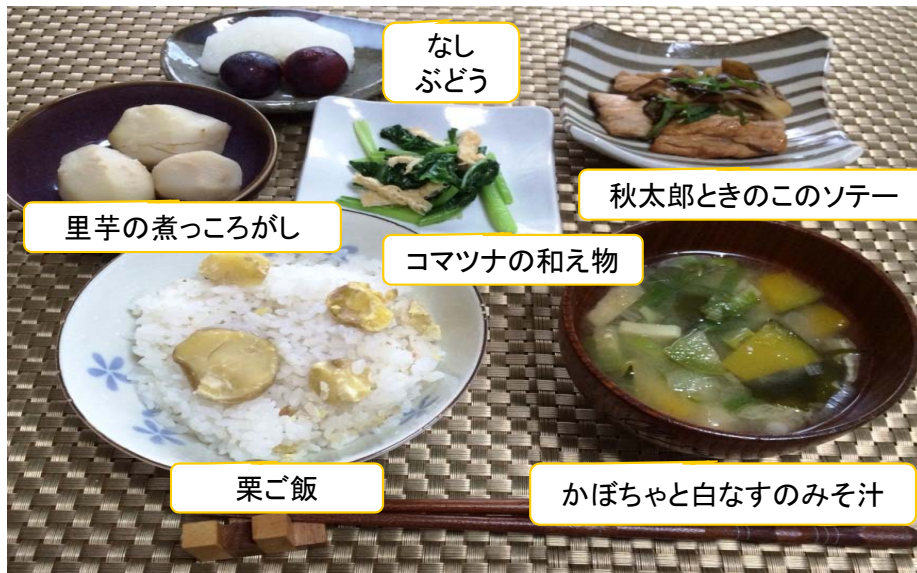


# 毎月第3土曜日は「かごしま活き生き食の日」です

自らの健康や食生活について見つめ、家庭や地域において県産農林水産物や本県ならではの食文化を生かした食育・地産地消の様々な取組を推進する日として「毎月第3土曜日」を「かごしま活き生き食の日」に定めています。

~かごしま活き生き食の日~かごしまの食で、健康で豊かな食生活を~

鹿児島島の旬の食材で「和食」の魅力を再発見！



平成25年12月、「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録され、その魅力が注目されています。

和食の基本的な献立は、「ご飯」と「汁」「香の物」にいくつかのおかずが添えられる組合せ（一汁三菜）です。

## マメ知識 ~鹿児島島の味噌、醤油はなぜ甘い？~

### 甘酒風味のさつま味噌

鹿児島は麦味噌で、麦麴の使用量が多く、熟成期間が短いため、香りも甘みも強いのが特徴です。

### 甘くて旨いさつま醤油

- ・暖かい気候風土の人は甘辛い料理を好みます。
- ・焼酎には甘味、うま味の強い醤油が合います。
- ・薩摩藩政下、甘い料理で役人をもてなすのが薩摩人のステータスでした。
- ・甘くて旨い醤油で県外大手メーカーに対抗しています。

