

令和7年度 総合的な探究の時間

9月 郷土料理講習会②「バラ焼き丼」

9月17日、2回目の郷土料理講習会は「バラ焼き丼」です。十和田で有名になっているバラ焼きですが、実は三沢が発祥です。米軍基地周辺で安く払い下げされるようになった牛バラ肉とたまねぎを焼いて食べるようになりました。味付けは、家ですぐ再現できるよう「スタミナ源たれ」で有名な上北農産加工の「バラ焼きのたれ」を使用しました。県産の新鮮なレタスとトマトを添えて、見た目から食欲をそそるよう美しい盛り付け方も学びました。焼き色がつくまで肉は箸で動かさないというポイントを守り、香ばしくおいしいバラ焼き丼が完成しました。

