


# 100年フードデータベース

都道府県名	富山県		
100年フード名	よごし		
認定部門	<input checked="" type="checkbox"/> 伝統部門 <input type="checkbox"/> 近代部門 <input type="checkbox"/> 未来部門		
発祥時期	<input checked="" type="checkbox"/> 不詳		
主な伝承地域	砺波市		
食文化ストーリー (歴史・文化・関連行事等)	<p>①昭和初年ごろには朝食にご飯一膳にたっぷりのよごしを乗せて食べたと記録されていますが、使用する野菜に決まりがなく、調理方法が簡単なことから発祥時期は不明です。</p> <p>②浄土真宗の家々で催される報恩講では、ほうき草の実とごま味噌を和えた「ほうきんのよごし」が精進料理として食べられています。</p>		
特徴	食材	大根葉、にんじん葉、なす、大根、えんどう豆、いもじ（芋茎）、ほうき草の実 等	
	製造方法・調理法	野菜をゆでて細かく切り、味噌で味付けして炒りつけます。（各家庭ごとの味）	
	道具・食器	各家庭ごと様々。	
	種類・主な食べ方	<input type="checkbox"/> 米・餅・寿司 <input type="checkbox"/> 麺類 <input type="checkbox"/> 粉もん <input type="checkbox"/> 酒 <input type="checkbox"/> 茶 <input type="checkbox"/> 菓子 <input type="checkbox"/> 調味料 <input checked="" type="checkbox"/> 野菜 <input type="checkbox"/> 魚介類 <input type="checkbox"/> 肉類 <input type="checkbox"/> 海藻 <input type="checkbox"/> 山菜 <input checked="" type="checkbox"/> 日常食 <input type="checkbox"/> 保存食 <input type="checkbox"/> 発酵食品 <input checked="" type="checkbox"/> 行事食 <input type="checkbox"/> 贈答品	
保護・継承の取組	<p>・となベジプロジェクト          となみ（砺波）+ベジタブル（野菜）、糖尿病の予防と改善のため、「野菜を食べよう！野菜から食べよう！」を推進する取り組み。「よごし・レンチン・でかいと野菜」～となベジプロジェクト～で第10回「健康寿命をのばそう！アワード」において、厚生労働大臣優秀賞を受賞しました。</p>		
もっと知りたい 食べてみたい 行ってみたい方に	<p>【知】</p> <p>・砺波ライフスタイルブック 郷土料理編  <a href="https://1073shoso.jp/www/book/detail.jsp?id=16070">https://1073shoso.jp/www/book/detail.jsp?id=16070</a></p>		