

かるしお風“七尾漁師めし”への道のり

～国循のご当地かるしおレシピプロジェクト2014に再挑戦して～

栄養管理室長 浅井 慎 悟

平成25年度、栄養管理室は減塩食への取り組みの一つとして、国立循環器病研究センターが主催する全国減塩食レシピコンテスト第1回「S-1g(エスワングランプリ)大会」に応募しました。その時は、最終選考の「候補」作品にまでエントリーされましたが、惜しくも最終選考の舞台に立つことはできませんでした。しかしながらこの挑戦をきっかけとして、栄養管理室では様々な試みを展開しました。まずは、地域住民のみなさまへの調理実習を含む①「(減塩)出前講座」の実施。また当院外来にて、②「七尾病院オリジナル(減塩)献立レシピ集」の無料配布。さらに病棟にて調理師が、入院患者さんの目の前で寿司を握り提供する③「病棟・(減塩)握り寿司の実演」等々に取り組んでまいりました。

そして、ついに時は来ました。平成26年、国循のご当地かるしおレシピプロジェクト2014第2回「S-1g(エスワングランプリ)大会」への再挑戦です。

大会の趣旨『①循環器病予防のための食生活改善に地域ぐるみで取り組む動きを支援する②地産地消・地域振興にも貢献し、各地の特産品を活用した美味しい減塩食を発掘・応援する』に賛同して、この1年間の栄養管理室の活動の集大成も込めて、挑みました。

今回の応募レシピのタイトルは、石川県能登地方の中心都市であるここ七尾と、「天然の生簀」と言われる七尾湾の漁場をも連想させるように『かるしお風“七尾漁師めし”』と名付け、エネルギー531Kal・塩分1.8gの丼に仕上げました。そのセールスポイントとして、食材はユネスコ世界農業遺産にも登録された石川県能登地区のものを豊富に用いました。

- ①澱粉質が多くモチリした味わいを持つ日本一のれんこんブランド*小坂れんこん
- ②石川県の戦略作物であり、独特のほろ苦さと辛みのある七尾市中島町の*中島菜
- ③加賀藩への献上野菜でもあった*沢野ごぼう
- ④地元、七尾湾で水揚げされた絶品*寒ぶり *アオリイカ *甘エビ
- ⑤カリウムを多く含んだ赤土と能登の名水で育った*能登米
- ⑥イカの内臓を原料とした発酵調味料の*いしり

そして、上記食材を用いて応募の結果、一次選考を見事に通過して、念願の最終選考の舞台に立つことができました！

大会当日の七尾病院のプレゼンテーションは、“七尾漁師めし”のタイトルイメージ通り、「漁師スタイル」に「大漁旗」と北陸地区の婚礼道具としても用いる「花嫁のれん」を持参し、当院及び能登七尾を存分にアピールすることに努めました。

残念ながら今回は最優秀等々の賞を得るまでには至りませんでした。しかし貴重な経験と共に、次年度に向けての創作意欲や日常業務の向上に繋がるモチベーションを得る事ができました。今後の七尾病院 栄養管理室の活躍にご期待下さい。

