

うらがみ 浦上そぼろは、にほん 日本できょう 教が った 伝わった じだい 時代

に、ポルトガルのせんきょうし 宣教師から けんこう 健康に よい 食べ物とし

て、ぶたにく 豚肉を た 食べることをすすめられてできた りょうり 料理で

す。「そぼろ」とついていますが、ひき肉ではなく 細

ぎ 切いにしたぶたにく 豚肉をつか かい、ごぼう やもやしなどの やさい 野菜

と、あ いた に りょうり 揚げを炒め煮にした料理で、

ながさきけんうらがみ ち く きょうど りょうり 長崎県浦上地区の郷土料理でもあります。





さけ やさい ゑ うらがみ しる
ごはん、鮭と野菜のホイル焼き、浦上そばろ、たまごのみそ汁