

うらがみ
浦上そぼろは、^{にほん}日本で^{きょう}キリスト^{つた}教が伝わった

^{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^よ良い^た食べ

^{もの}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

^{りょうり}た料理です。「そぼろ」とついでいますが、^{にく}ひき肉

ではなく^{にく}コマ肉を使い、^{つか}ごぼうや^{やさい}もやしなどの野菜

と、^あさつま揚げを^{いた}炒め^に煮にした^{りょうり}料理で、

^{ながさきけんうらがみ}長崎県浦上地区^{ちく}の^{きょうどりょうり}郷土料理でもあります。





ごはん、^{しろみざかな}白身魚と^{やさい}野菜の^やホイル焼き、^{うらがみ}浦上そばろ、^{じる}さつま汁