

食事だより

行事食…ひなまつり…3月3日

いわれ

女の子の節供として祝われている「ひなまつり」は、「ひな節供」「桃の節供」とも呼ばれ、ひな人形を飾り、桃の花、白酒、ひしもち、あらねなどを供える風習がほぼ全国にゆきわたっています。その始まりは中国とされています。中国では3月最初の巳(み)の日に身を清め厄よけをする風習がありました。「形代(かたしろ)」として身代わりの小さな人形を作り、それが災難を引き受けてくれると考えられていました。その人形に、感謝と供養を込めてご馳走をするようになったのが、まつりの始まりとされています。

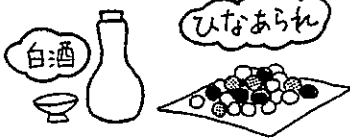
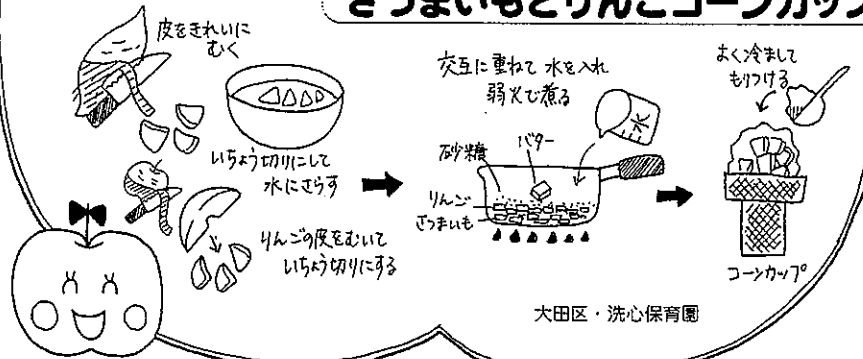
『園児わくわく行事食』西田奈保子(芽ばえ社)より

【作り方】

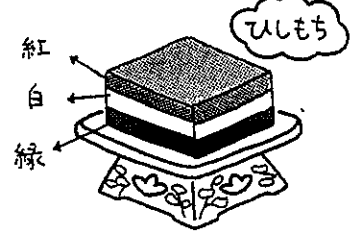
- 【材料】1人分
- さつまいも…70g
 - りんご…20g
 - 三温糖…6g
 - バター…1g
 - 水
 - コーンカップ…1個

- ① さつまいもの皮を全部きれいにむいて、いちよう切りにして水にさらす。
- ② りんごの皮をむいて、同じくいちよう切りにする。
- ③ さつまいも、りんご、三温糖、バターを交互に重ねて水を入れ、弱火で煮る。
- ④ ③をよく冷まして、コーンカップに盛りつける。

さつまいもとりんごコーンカップ



ひしもちの3色にはそれぞれ桃の花の赤・雪の白・新しい芽の緑という春をあらわす意味があります。自然の恵みを食べものにあらわすことで、豊かな実りを祈り、生活をより楽しくしていたのですね。



献立

- はなびらずし
- 潮汁
- 鶏肉のロール
- 春の煮物
- 春の和え物
- 抹茶ケーキ

●はなびらずし●

【材料】(1人分・すべて可食量)

- | | | | | | |
|-----------|------------|------------|------------|-------------|--------------|
| 米……………60g | 水……………72cc | 卵黄……………10g | 青のり……………1g | 桜でんぶ……………5g | 焼のり……………1/2枚 |
| | | 合わせ酢 | | | |
| | | 酢……………6g | 砂糖……………3g | 塩……………1.5g | |

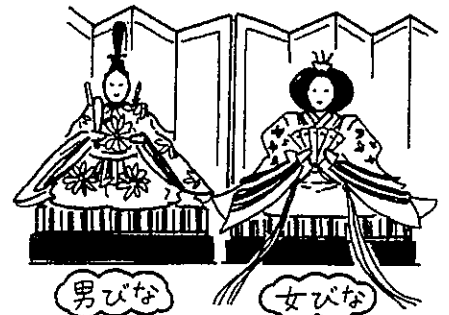
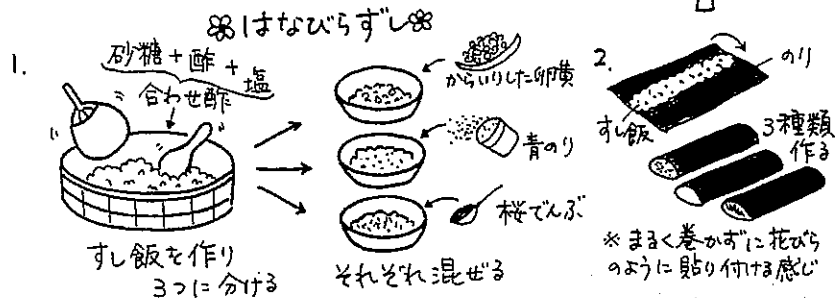
【作り方】

- 1 すし飯を作り、3つに分ける。それぞれにからいりした卵黄、青のり、桜でんぶを混ぜ、3種のすし飯を作っておく。
- 2 細巻き用に作ったのりを巻いて3種類ののり巻きを作り、花びらのように盛りつける(まるく巻かずに、花びらのように貼り付ける感じにするとよい)。

花びらのように盛りつける



できあがり!



♪あかりをつけましょ
ぼんぼりに〜

