

パクパクだより



明照保育園

新年明けましておめでとうございます。

今年も子どもたち、そしてご家族の皆様が幸せで、健康な一年となりますようにお祈りいたします。

さて、みなさんは家族の方と充実したお休みを過ごすことができましたでしょうか。子どもたちの元気な声や表情から伝わってきます。体調を整えて新たな一年のスタートを切りたいものですね。



日本の食文化 正月のおせち料理

お正月の文化の一つとして、「おせち料理」があります。

家庭で作る機会が少なくなっているとも言われていますが、年の初めをお祝いして食べるおせち料理には、無病息災、子孫繁栄など多くの願い事が込められています。

今回のパクパクだよりでは、おせち料理の食品にまつわるいわれについて、ご案内します。参考にしてください。

黒豆

「まめ」に、元気に過ごすように願います。

きんとん (金團)

色から小判に見立て、お金に恵まれ、家族の繁栄を願います。

数の子

子宝に恵まれることや、子孫繁栄を願います。

昆布巻き

「喜ぶ」に通じ、安泰に暮らすことを願います。



田作り (ごまめ)

豊作を祈ります。いわしは、田畑の肥料にも使われていました。

紅白なます

紅白は祝いの色。

えび

えびの姿から、腰が曲がるまで長生きするように願います。

紅白かまぼこ

日の出を見立て、慶びや神聖さを表します。

一般的に言われるおせち料理の盛り付け方 (四段の場合) 重箱 (上から)

壹の重・・・黒豆、数の子、田作りなど

貳の重・・・伊達巻玉子、きんとんなど

参の重・・・鯛、昆布巻き、海老など

与の重・・・れんこん、里芋、こんにゃくなどの煮物など
(「与の重」と書き、四の字は使いません。)

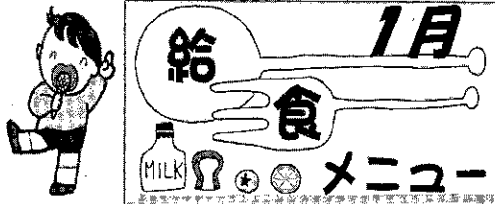
材料 (4人分) と作り方

魚 (40g一切れ)	4切れ
塩 (下味用)	少々
小麦粉	48g
青のり粉	少量
塩	少々
揚げ油	適量

1. 魚に塩少々 (下味用) を振りかけておく。
2. 小麦粉、青のり粉、塩と水適量を混ぜ合わせて衣を作り、魚につけて揚げ油で揚げる。

魚料理は子どもたちの好きな献立です。今回の磯辺揚げは、青のり粉が入ることで香りが良く、彩りもきれいに仕上がります。

いつも食べる魚の調理の方法を少し変えることで、また違った味わいとおいしさを見つけることができますよ。ぜひお試しください。



今日は何かな?

魚の磯辺揚げ

