

Mama's キッチン



女性部 二ツ井支部 富根地区

5月といったら端午の節句にちなんだお料理
 出世魚(いなだ→わらさ→ぶりなどが出世魚です)
 鯉(元氣な鯉のぼりにちなんだ鯉の丸揚げも使われます)
 筍(成長の早い筍は、どんどん伸びるということから男の子のお祝に使われます)
 柏餅(柏餅に使われる葉の柏の木は、新芽が出ない限り古い葉が落ちないことから、家が絶えない、後継者が絶えることがない縁起のいい木として考えられました)

なめこ入り寒天



■材料 (10人分)

- なめこ…適量 (冷凍保存なめこを使用)
 (A) 顆粒だし…適量
 めんつゆ(五倍濃縮) …適量
 棒寒天…1本
 水…500cc
 (B) 白だし…大さじ1
 顆粒だし(4g) …適量

■作り方.....

- ① Aを鍋で若干濃い目の味付けにしながら煮る。
- ②別の鍋に水と棒寒天を入れ、火にかけて煮溶かし、うらごしし、Bを入れる。
- ③①を寒天用のタッパーなどに敷き詰めて②を流し入れて軽く混ぜ、粗熱を取って冷蔵庫に入れて固める(1~2時間程度)
- ④周りに包丁を入れ隙間をあけて、容器から取り出し、切りそろえお皿に盛り付けたら完成。

■ポイント.....

市販のなめこを使用する際は、300g~400g位。軽く水洗いしてからに煮つけてください。

■材料 (10人分)

- 戻したぜんまい…600g (食べやすい長さに切る) サラダ油…適量
 (A) ニンジン…100g (千切り) 白だし…大さじ3
 糸こんにゃく…1袋 (湯通して食べやすい長さに切る) (B) 酒…大さじ4
 顆粒だし…8g
 めんつゆ(五倍濃縮) …大さじ4

■作り方.....

- ① Aの材料をサラダ油で炒めて、火が通ったらBを入れ15分程度煮る。

■ポイント.....

一晩寝かせると、味が染み込みさらにおいしくなります。

ぜんまいの煮つけ



笹もち(ヨモギ風味)



■材料 (20個分)

- (A) うるち米粉…お椀1杯
 もち米粉…お椀1杯
 小麦粉…お椀1杯
 水…適量
 ヨモギの葉…適量
 重曹…適量
 市販のつぶあん…適量
 笹の葉…約60枚(1個包むのに2~3枚使用)

■作り方.....

- ①笹の葉を熱湯消毒し拭き取る。
- ②熱湯に重曹を入れ、ヨモギの葉を茹でてみじん切りにする。
- ③ボウルにAを入れ、水を少しずつ加えながらこねてから②を練り込む。
- ④③をピンポン玉大に丸めて丸く伸ばし、あんこを包んで俵形にまとめ、①の葉でくるみ、紐で縛る。
- ⑤沸騰したお湯に④を入れ、20分ほど茹でたら完成。

■ポイント.....

ヨモギの分量を調整し、お好みの香りをお楽しみください。

ステイホームのGW世間は自粛ムードで閑散としていますが、周りを見渡せばトラクターが田畑を動き回り、管内の田園風景はいつも通りの光景。いつも通りの光景の有り難味を感じました。家の中を見渡せば、あちこち動き回る無数の黒い影。その名も「カメムシ」！周年の我が家の光景ですが、ステイホームのGWは彼らが一斉駆除を行いました。ペットボトルを改良した捕獲器やピンセット、ガムテープを駆使して捕獲器一杯に駆除して気分もスッキリでした。翌朝目覚めると彼と添寝していましたが我が家では「カメムシ」との三密の回避法を随時募集(小沼直久)

編集後記

「先見の明」「幸福な家庭」
 由来:「先見の明」:西洋の古い時代にイチゴの根と葉をつけた水が眼をひやし、視力を回復させると信じられていたことに由来する。
 「幸福な家庭」:親株から多数の小ヅルが出ている様子から由来する。

花言葉



今月の花
 苺(イチゴ)