Mama's キッチン

女性部 藤里支部 中通り地区

雨がたくさん降る時季なのに“水の無い月”って変なのって思われますよね。
「水無月」の“無”は“の”にあたる連体助詞ですので、「水無月」は“水の月”ということになります。田植えが済み、田に水を張る必要があることから“水の月”→「水無月」と呼ばれるようになったようです。
京都では6月30日の「夏越しの祓(なごしのはらえ)」に「水無月」という和菓子をいただく習慣があります。

こごみの胡麻和え

■材料（10人分）
こごみ…700ｇ
(A)
- すり胡麻（白）…55ｇ
- 砂　　糖……200ｇ
- 味　　噌……適量

■作り方
(1)こごみを水洗いして、沸騰したお湯に３分程度を目安に茹でる。硬さを確認しお好みの硬さになったら、流水で粗熱を取り３～５㎝程度に切り、水気をしっかり切る。
(2)(A)をボウルに入れてよく混ぜてから、こごみを入れてよく絡める。

■ポイント
茹でたこごみの水気はしっかり切ること。

うどの胡麻和え

■材料（10人分）
天然山うど…500ｇ
(A)
- すり胡麻（白）…100ｇ
- 砂　　糖……大さじ１
- 味　　噌……適量

■作り方
(1)天然山うどを水洗いして、皮をむき、繊維を断つように３～５㎝程度に乱切りする。
(2)沸騰したお湯にうどを入れ３分程度を目安に茹でる。硬さを確認しお好みの硬さになったら、流水で粗熱を取り水気をしっかり切る。
(3)(A)をボウルに入れてよく混ぜてから、うどを入れてよく絡める。

■ポイント
味付けを少し濃いめにすれば冷蔵庫で何日か保存でき、常備菜として重宝します。
今回は天然山うどを使用しましたが、市販の山うどでも作れます。

胡麻豆腐

■材料（10～12個分）
絹豆腐……２丁
粉ゼラチン……30ｇ
すり胡麻(黒)…75ｇ
砂糖……250ｇ
塩……少々

■作り方
(1)鍋に材料を全部入れて沸騰させないように火にかけながら、全体的になめらかになるように豆腐を泡立て器で潰す。（豆腐は、塊が残るくらいでも大丈夫）
材料が混ざったら型枠に流し込む。
(2)粗熱をとってから冷蔵庫に入れて冷やし固める。
(3)型から抜き、等分にカットする。

■ポイント
砂糖の分量を調整すると、おかずにもデザートにもなります。

今月の花

黄色い薔薇（バラ）

6月21日は父の日
父の日にバラを贈る風習は、ドイツ人が、父の日の提唱者ドッドソン夫人が、父の墓前に白バラを供えたエピソードが由来。ドッドソン夫人の父には赤いバラ、亡くなった父には白いバラを贈る風習が生まれました。そして日本に伝わり、父の日に黄色いバラを贈るようになりました。

編集後記

6月21日の父の日を目前に、二人の息子に「親父としてのカッコよさ」を見せつけてやろうと海釣りに出掛けた。釣具屋で「海釣り入門セット」一式を買いそろえ自身数年ぶりの魚釣り。早朝、息子たちをたたき起こし出発。気持ち悪いエサ(ジャリメ)を平気な顔して針につけて見せてから魚釣りスタート。約4時間で得た釣果は、フグ1匹と5㎝程の名も知らない魚4匹。
帰りの車中「また行くか?」と聞いてみると、「行きたきゃ行ってやってもいいよ。」との事。コンビニに寄り道していつもより高価なキャンディーを買って差し上げました。
（小沼直久）

白神山地を背に営む農業と生活の応援団
ＪＡ広報しらかみ

発行日：令和２年６月15日　発行：あきた白神農業協同組合　編集：企画管理部企画管理課
〒016-0816　秋田県能代市富町２番３号　TEL 0185-52-5191　FAX 0185-52-9648
Ｅメールアドレス　jaakitashirakami@shirakami.or.jp
ホームページ　http://akita-shirakami.jp
印　刷：㈱全農ビジネスサポート秋田支店