

Mama'sキッチン



女性部には「その地域らしい食文化」や「地域で誇れる伝統料理」を継承していく使命があります。新年度号からMama'sキッチンで紹介する料理は「～未来に伝える食文化～」をテーマにお伝えします。これからお伝えする伝承料理の数々を、ご覧いただいた皆さまも「見て(手)、作って(手)、食べて(手)」3つの手つなぎで伝承して頂ければ幸いです。

女性部 能代支部 鶴形地区

しぶりっこ



■材料(10人分)

- 長芋…1,000g(細い千切り)
- ほうれん草…1束(茹でたものを細かく切り水気をしっかりきる)
- (A) とんぶり…1袋
- なめこ…200g
- 大根の味噌漬け…適量(細かく切る)
- 食用菊…適量(細かく切る)

粉わさび…適量

醤油…適量

■作り方

- (1) Aをボウルに入れてよく混ぜ合わせる。
- (2) 器で粉わさびを醤油で溶いて、(1)に入れて軽く混ぜ合わせる。
- (3) (2)を小鉢に盛り付けたら完成。

■ポイント

- (2)で粉わさびの分量でお好みに味を調整してください。

■材料(10人分)

- 卵…4個
- 春雨…1袋
- キュウリ…1本
- みかんの缶詰…1缶
- さくらんぼの缶詰…1缶
- 羊かん…適量
- (1cm角に切る)
- (A) 砂糖…大さじ2
- 水…200cc

■作り方

- (1) Aを鍋で煮立てたら冷しておく。
- (2) 春雨を茹でたら5cm幅に切る。
- (3) 薄焼き卵をつくり、出来上がったまま板に移し余熱を取ってから、縦半分にする。
- (4) (3)を縦に折り、輪の方に切り込みを入れる。端からしっかり巻いて切り込みの無いほうをつまようじでとめる。
- (5) 小鉢に材料を彩りよく盛り付け、真ん中に薄焼き卵を飾って、(1)を注いで完成。

■ポイント

砂糖の分量で甘さを調整してください。

あじゃらっこ



(4)の卵焼きはこのような形に

3月30日仕事を終え自宅に帰ると、7歳の長男が悲壮な表情で駆け寄り「お父さん「志村けん」コロナで死んじゃったよ」と教えてきた。「変なおじさん」の踊りマネや「アイリン」のポーズマネなどとして、食卓を賑わしていた長男にとって、この情報はどれだけの衝撃的であったことか。私自身も幼少期から今も大好きであっただけに、衝撃的では信じられない状況である。報道では毎日不安な情報ばかりが飛び交う中、誰かに一刻も早く「だいじょうぶだよ」と言ってほしい。

(小沼直久)

編集後記

南天(なんてん)



「難を転じて福となす」



花言葉

「幸せを招く」「永久の幸福」
由来…書いて字の如く、古くから日本では縁起のよい花とされてきたことに由来します。



今月の花

福寿草(フジソウ)