

11月

霜月(しもづき)

七五三(15日)…千歳飴
亥の子まつり…ぼたもち
小豆もち

霜が降りる頃であることから、「霜月」と呼ばれるようになったといわれています。もみじやかえで、いちょうなど、木々が鮮やかに色づく紅葉の季節でもあります。

さといもご飯

《材料》(4人分)

米……………2合
里芋……………60g
ごぼう……………30g
にんじん……………30g
しめじ……………60g
こんにゃく……………40g
鶏肉……………100g
うす揚げ……………10g
黒枝豆(さやつき)……………100g

【A】
しょうゆ……………大さじ1
酒……………大さじ1
みりん……………大さじ1

*里芋は親いもを食べる品種、親いもと子いもを両方食べる品種、子いもを食べる品種、「ずいき」と呼ばれる葉柄を食べる品種があります。

*里芋の皮をむくと手がかゆくなりますよね。土つきの里芋をザッと洗って、上下をうすく切り、皿に入れラップして、レンジ強で4~5分加熱すると、ツルッと皮がむけます。



(写真: ささやま旬の野菜を使ったかんたん料理)

《作り方》

- 1 米は炊く30分以上前に洗い、ザルにあげる。
- 2 具は細かく切る。ごぼうは水にさらす。黒枝豆はゆで、豆をさやからだしておく。
- 3 炊飯器に調味料Aと水を加えて規定量の水加減にし、黒枝豆以外の②の具を加えて炊飯する。
- 4 ごはんが炊けてから、黒枝豆を混ぜる。

※黒枝豆のかわりにぎんなんを使っても、おいしくできます。



◆三七五

数え年で、男の子は5歳(地方によっては3歳も)、女の子は3歳と7歳に、晴れ着を着て神社・氏神に参拝して無事成長したことを感謝し、これから将来の幸福と長寿をお祈りする行事です。もともとは宮中や公家の行事でしたが、江戸時代には一般的に広く行われるようになりました。

3歳の髪置き(かみおき)の祝い、5歳の袴着(はかまぎ)の祝い、7歳の帯解き(おびとき)の祝いの儀式が由来となっています。

千歳飴は、江戸時代に浅草の飴売りが、長生きするようにと縁起をかついで「千年飴」と名づけて売ったのが始まりといわれています。

12月

師走(しわす)

冬至(22日)……かぼちゃ 小豆粥
クリスマス(25日)
…クリスマスケーキ
大晦日(31日)…年越しそば

僧侶がお経をあげるために東西を馳せることから、「師が馳せる月→しはせつき→しわす」となったといわれています。

「師」は「僧」を指すのが一般的。「馳せる」は「走る。急いで行く」という意味です。お正月にお供えする鏡餅は「苦」を連想させる29日や一夜飾りとなる31日を避けて、28日や30日に飾りつけることが多いようです。

ローストチキン

《材料》(4人分)

鶏もも肉(骨付き) …… 4本
塩 …… 小さじ1
こしょう …… 少々
油 …… 大さじ1/2
ローズマリー …… 少々
白ワイン(酒) …… 大さじ2

*ヨーロッパでは、つめものをした鶏や七面鳥、うさぎ一羽を丸ごと焼いて食べていました。
市販のチキンもおいしいけれど、おうちでも簡単につくれます。



(写真：南あわじ市いずみ会)

《作り方》

- 1 鶏肉は食べやすいように、裏側に切り目(肉側から骨にそってすじを切る)入れる。
- 2 ポリ袋に、鶏肉を入れ、塩・こしょう・油を入れ、肉にもみこむ。
- 3 あたためたフライパンに油をひき、2をのせ、最初は強火でフライパンを動かしながら表面を焼く。表面に薄茶色の焼き目がつくと裏返し、中火にして10分程焼く。
- 4 火を弱火にし、ローズマリー・白ワイン(酒)を入れ蓋をし、7~10分程度、肉の中心に火がとおるまで蒸し焼きにする。
- 5 チキンの足をリボンで飾る。

◆クリスマス(Christmas)

イエス・キリストの降誕(誕生)を祝うキリスト教の記念日・祭日です。

12月25日がこれにあたりますが、キリスト教に先立つユダヤ教の暦では、日没を1日の境目としているので12月24日夕刻から朝までをクリスマス・イヴとして祝います。

12月は締めくくり

～がんばったことやチャレンジしたことを記入しよう～
