

お正月の食べもの

お正月には、日本に昔から伝わる、お正月ならではの食べものを食べます。それぞれの食べものには意味があり、いろいろな願いがこめられています。

おせち料理



おせち料理は、めでたいことを重ねるといふ願いをこめ、重箱につめます。五段重の場合、上から、一の重には「祝い肴」、二の重には「口取り」、三の重には「焼き物」、与の重には「煮物」を詰め、五の重は空にしておく地域が多いようです。

七草粥

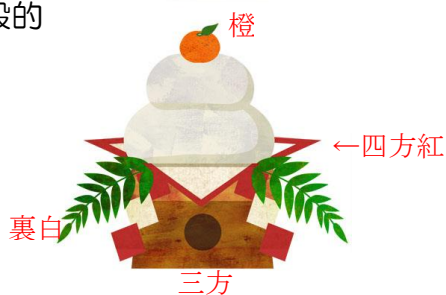


七草は、地方や時代によって具材が異なることがありますが、人日の節句（1月7日）に7種の野菜が入った「七草を食べると邪気を払い万病を除くと古くから言い伝えられています。」

と古くから言い伝えられています。

鏡もち

鏡もちは、地域によって紅白もちや三段に重ねるなど違いがあります。飾りも様々ですが、三方、四方紅、裏白、橙などを使うのが一般的です。



鏡開き

1月11日は鏡開きです。正月に供えていた鏡もちを食べるといふ風習です。切るという言葉は縁起が悪いとされ、包丁は使わず、木づちなどでもちを割り、汁粉やぜんざい、雑煮などにして食べ無病息災を祈願します。



保育園メニューを家庭でも！

♪ぜんざい♪

園では1月12日に白玉ぜんざいを提供します。

1～2歳児は誤飲防止のため、白玉の代わりに麩を使用します。

【材 料】（幼児4人分）

ゆであずき 110g、水 30ml、上新粉 35g、白玉粉 35g、木綿豆腐 65g

【作り方】

- ①ゆであずき缶と水を鍋で煮詰め、粒がボロボロになるようにブレンダーにかける。
- ②白玉粉に少量の微温湯を加えこね、豆腐・上新粉を加え加減をみながら水を加えて混ぜあわせ、だんごを作る。
- ③沸騰した湯の中に②を落とし、浮き上がり、火が十分通ったら水に取る。
- ④③の水気をよく切って椀に盛り、①をかける。

