

旬の風 183号 (2017年7月)



先日子ども達と見沼の田んぼへ、田植え体験をしてきました。

緑豊かな自然の中、広大な田園風景はとても美しく、田んぼには、おたまじゃくしやかえるザリガニやどじょうと多くの生き物が生息しています。

こども達は田植えよりも、生き物をどろんこになりながら捕まえ、お腹が空けば、天然の桑の実を口いっぱいにはおぼり、自然をまんきつ・・・

ふとっ、空を見上げれば、優雅に羽を広げたしらさぎの姿がゆっくりな、時の流れを感じました。

古代この地(旧浦和市辺り)は3分の2が海底だったようですね。

長い歴史の中で海は衰退しますが江戸時代には、沼地が多く川魚が生息する水郷地帯となり味の良いうなぎも多くとれ、中山道を行き来する人たちが足を運びにぎわった様です。

氷川神社はこの沼の水神を祀ったことから始まったという説もあります。

昔も今も多くの人と紙が守り続けるこの地

田んぼの大地にしっかり根を張る稲のめぐみを見ながら、私も旬の一員としてしっかり根をはり、みなさんとともに歩いて行きたいと思いました。

(N. Y)

メニュー担当者からの一言

蒸し暑いシーズン到来！

今月はこれからの季節に向けて普通の酢に含まれている酢さんや

梅干し、レモンに含まれているクエン酸を

毎日調理に使ったメニューを考えてみました。

酢はアルカリ食品としてのすぐれた特性を持っています。

自律神経を刺激して疲れを取り、食あたりや食欲増進にも効果的です。

また、硬い肉を柔らかくし魚の生臭さを消し、野菜のあく抜きに最適で

味をまるく甘くしたり変色を防ぎます。

上手に酢を取り入れた食事蒸し暑い夏を乗りきりましょう (K. A)