



旬の風 190号 (2018年2月)

節分とは立春・立夏・立冬の前日の事です。今は冬から春へと移る春の節分を指すようになりました。

昔から病気や厄災は鬼(魔)に例えられ「魔滅(マメ)に通じる豆」をまくようになったと言われていました。

我が家では、玄関など戸口に鰯の頭を焼いて、柊の枝と一緒に付けます。

これは季節の分かれ目には邪が入りやすいと考えられ

鬼の侵入を防ぐという風習です。豆まきをした後は年の数を食べてお茶に大豆をいれて[福茶]として飲みます。

近頃は恵方巻を食べたりするようになりました。

今年の恵方は南南東だそうです。無病息災で過ごせますように！

(ふーちゃん)

メニュー担当者からの一言

この冬は、前年の長雨や台風の影響で、旬の野菜が高騰しています。ご家庭でも大変な思いをなさっているかと思います。2月には価格が落ち着くと言われていますが、野菜料理を多く出している旬としては、栄養のバランスを考えると外すことは出来ません。早咲きの河津さくらがあちこちで咲き始めます。寒いとは言っても、春の準備は気付かぬところで始まっています。例えば「わかめ」宮古重茂の海で、春一番として育っています。そんな「わかめ」をメニューにたくさん入れてみました。「ぬた」「梅和え」「さっと煮」「お浸し」ご家庭ではしゃぶしゃぶも美味しいです。ぜひ、早春の味をお楽しみください