



7月

7月は昔の呼び方で「文月」といいます。7月の七夕の行事の中に文字の上達を願うというものが、そこから文月と呼ばれるようになったという説があります。

他には蘭月、涼月、七夕月、女郎花月、愛逢月などの呼び方があります。

英語では「July」です。

半夏生とたこ (1日)



今年は7月1日が半夏生です。この日は夏至から数えて11日目にあたる日のことです。

この丹後ではその日にたこを食べるという習慣はありませんが、西日本では半夏生にたこを食べる習慣があります。たこの足はくっついたら離れないことから、田んぼに植えた稲の苗が、たこの足のように大地にしっかりと根づき、たくさんお米がとれますようにと願いを込めて食べられるようになったそうです。



半夏生の花と葉
丹後でも日陰の湿った土地などに群生しているのを見ることができます。

給食でもその日にはたこ飯を出します。

七夕とそうめん (7日)

7月7日は七夕です。織姫と彦星が年に一度だけこの日に天で会えるという伝説があります。七夕の朝、里いもの葉の上にたまったしずくで墨をすり、筆で字を書くと字が上手になるというならわしがあったり、織姫が機を織る様子からそうめんを糸に見立てて食べたりします。

7月7日の給食には「七夕そうめん」と「天の川ゼリー」を出します。「七夕そうめん」はおくらの星、にんじんや干しいたけの短冊も浮かんでいます。また手作りの「天の川ゼリー」は青りんごゼリーの夜空に星型のナタデココを浮かべました。



京丹後産のメロン

メロン栽培はここ網野町でも行われています。メロンの網目、最初からあるわけではありません。メロンが成長する時に、皮よりも中の果肉の方が早く成長するために皮がヒビ割れてしまい、このヒビ割れを閉じようとして、中から液が出てきて、ケガの時の「かさぶた」のようにネット状の模様ができていくのです。きれいな網目は、きちんと水や温度の管理がされていたというおいしさの印だそうです。中学校は15日に、小学校は最終日のデザートとして出ます。

世界の料理



5日 (火) フィリピン

7月はフランスの料理を紹介しします。フランス料理は給食でもよく出てきています。

今月のメニュー、トビウオとラタトゥイユのオープン焼きは、何年前から出ているメニューです。ラタトゥイユという料理は夏野菜のなすやトマト、ズッキーニなどの煮込み料理で、南フランスでよく食べられています。それを旬の魚トビウオにのせて焼いています。

給食でおなじみの「ジュリエンスープ」もフランス料理で、せん切り野菜のスープという意味です。旬のたまねぎをたっぷり使っておいしく仕上げています。

8のつく日は「歯の日」

今月8日の歯の日には、よくかんで食べるかみかみメニュー、カルシウムたっぷりのメニューとして、

- ・麦ごはん
- ・鶏肉と大豆の甘辛がらめ
- ・ピリ辛きゅうり を出します。

意識してよくかんで食べましょう。

毎月19日は たんご・食の日

地場産物を多く取り入れた献立で地産地消を進めます。今月は15日に実施します。

- * 特別栽培米ごはん
 - * 夏野菜のチーズ焼き
 - * 梅ドレッシングサラダ
 - * トマトと卵のスープ
- 特別栽培米・牛乳・かぼちゃ・なす・ピーマン・キャベツ・玉ねぎ・きゅうりなどの地場産物を使う予定です。



トマト、水に浮かぶ？沈む？

トマトは一年中お店に並んでいますが、おいしさはやっぱり夏のもが一番です。

トマトはプロが見ても甘いかさばいか、見分けが難しいそうです。でも、みなさんにもできる見分け方があります。その方法とは・・・水に入れるだけ、水に沈むトマトはとっても甘くて、浮いてしまうトマトの甘味はいまいち・・・なのだそうです。その違いはトマトの甘み、糖度にあります。糖度が6以上のものは沈み、6未満のものは浮くのだそうです。「トマトがおいしい」と感じるのは糖度6以上のトマトで、沈むトマトがおいしいのだそうです。

メロンという名前はギリシャ語の“りんごのようなり”ということばからきています。

