

12月

12月は昔の呼び方で「師走」といいます。

12月是一年の終わりで慌ただしいので、師匠といえども趨走する(ちょこちょこ走る)ので、「師趨」となり、これが「師走」となったそうです。

他には弦月、弟月、年積月、果の月、晩冬などの呼び方があります。英語では「December」といいます。

ひつつみ (13日)

「ひつつみ」は岩手県の郷土料理です。寒さの厳しいこの地方では小麦の栽培が盛んだので、小麦を使った料理がたくさん生まれました。「ひつつみ」もそのひとつです。練った小麦粉をひつつまんで(ちぎって)鍋の中に入れるところから「ひつつみ」と呼ばれています。12月3日の日付を「ひっ(1)つ(2)み(3)」と読む語呂合わせから、12月3日を「ひつつみの日」と全国に広めるために、岩手県で制定されました。今月は3日が日曜日なので、13日にひつつみを出します。

とうじ 冬至 (22日)

冬至の食べ物として有名なのはかぼちゃとゆずですが、それ以外にも「運盛り」といって、終わりに「ん」がつく食べ物を食べると縁起がよいとされ、名前の中に「ん」が2つある食べ物は、特別に運を呼び込むといわれています。網野町の児童生徒のみなさんの運も良くなるように…と、冬至グラタンにはなんきん(かぼちゃ)、れんこんサラダにはれんこん、にんじんを使い、「ん」のつく食べ物を取り入れました。

今年の冬至は22日ですが、前日の21日に「冬至」の献立を実施します。

とうじ 冬至と食べ物



今年は12月22日

冬至は、1年で最も昼の時間が短く、夜が長い日です。次の日から昼の時間が長くなることから、昔の人は冬至を「太陽がよみがえる日」と信じ、人びとの力も戻ると考えました。ゆず湯に入って体を清め、栄養豊富なかぼちゃや、悪いものを払う小豆などを食べて、力をつける習慣ができたそうです。

かぼちゃ



冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかないといわれます。夏にとれる野菜ですが、冬まで保存でき、冬の貴重な栄養源であると同時に、長寿の願いを込めて食べられます。

「ん」のつく食べ物



なんきん

冬至に「ん」のつく食べ物を食べると幸運になるという言い伝えもあります。かぼちゃは別名で「なんきん」ともいいます。



あずき



赤い色が邪気(病気や災難)を起す悪いものを払うとされ、あずき粥や、かぼちゃのいとこ煮などを食べる風習があります。

こんにやく



「体の砂を払う」とされるこんにやくを、冬至に食べる地域もあります。

8のつく日は「歯の白」

今月8日の「歯の白」には鶏ごぼうピラフ(麦)、ゆでイカのマリネ、コンソメスープ、りんご、牛乳を出します。普段よりも「かむ」ことを意識して食べてみましょう。



世界の料理

5日(火) イギリス

毎月5のつく日は世界の料理の日です。今月は、イギリスの料理です。「フィッシュアンドチップス」と「スコッチブロス」を出します。「フィッシュアンドチップス」は、イギリスやニューゼalandなどの国でポピュラーな料理で、店や屋台などでもよく売られています。「フィッシュ」は魚のフライ、「チップス」はフライドポテトで、この2つの組み合わせです。「スコッチブロス」は、スコットランドの伝統的な臭だくさんスープで、大麦を入れることが特徴です。給食では押し麦を使って作ります。押し麦のプチプチとした食感を楽しみながら食べてくださいね。

毎月19日は たんご・食の日!

この日は地場産物や郷土料理を取り入れた献立を実施して地産地消を進めます。今月は19日に実施します。

*いりごきごはん(特別栽培米)

*キスのから揚げ

*かぶの柚香漬け

*豆腐のすまし汁

*牛乳

地元産の食材は、特別栽培米・大根・九条ねぎ・にんじん・キス・かぶ・牛乳を使う予定です。

丹後の郷土料理の「いりごきごはん」は、細く切った大根などの臭を炒めて味付けし、混ぜ込んだごはんです。昔は大根とじゃことごまだけが入ったものだったようですが、今ではいろいろなものを入れて作られています。昔、丹後ではお米はとても貴重なものでした。そこで、米に大根などの臭を入れてごはんの量を増やし、しかもおいしく食べられるようにしていたそうです。大根がたくさんとれる冬に美味しく満足して食べられるように調理した、先人の知恵ですね。

