

2月 きゅうしよくだより

農林水産省

和食普及プロジェクトメンバーに
登録していただきました!!

『**たのしみ** 楽し味プロジェクト』と
いいです!

- ・和食を知ってもらうための活動
- ・和食を食べる人を増やすための活動
- ・和食を作る人を増やすための活動
- ・その他和食普及に寄与する活動を行う

当園では従来通り和食中心のお給食を提供しております!!
このプロジェクトに賛同頂ける方はぜひ関心を寄せ頂ければ幸いです♡

保育園
おやつレシピ

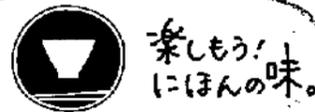
～鬼まんじゅう～

[材料(大人4人分)]

- ・さつまいも: 160g (中1本分)
- ・りんご: 40g (1/4個分)
- ・小麦粉: 180g
- ・米粉: 24g
- ・砂糖: 40g
- ・水: 65g
- ・ベーキングパウダー: 4g
- ・食塩: 0.4g (ひとつまみ)

[作り方]

- ① さつまいもを1cm、りんごを5mm角に切り、さつまいもは水にさらして水気をきる。
- ② ボウルに小麦粉・米粉・砂糖・塩・ベーキングパウダーを入れて泡立て器でよく混ぜる。
- ③ さつまいも・りんごを②に入れ、粉をまぶす。
(こうすると、水が出にくく、鬼まんじゅうらしいゴツゴツ感に)
- ④ 水を少しずつ入れ、練らずにゴムベラでさっくり混ぜる
(粉が少し残るくらいでOK)
- ⑤ フックングシートにスプーンで山盛りに落とし、(不揃いでOK)
- ⑥ 蒸し器で中火15～18分、竹串を刺して生地がフカチになれば完成!!



楽しもう!
にほんの味。

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

登録メンバーのみが
使用できるロゴマークです。

このプロジェクトにご興味ある方は
下記サイトまでアクセスください😊

Q <https://www.maff.go.jp>

☆プロジェクトメンバー一覧や
活動内容等
記載されています!

2月 きゅうしよくだより



楽しもう!
にほんの味。

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

節分

2月の行事といえば

2月には邪気を追い払うための行事として節分があります。

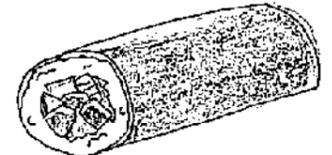
奈良時代に疫病がはやり、農作物の不作が続いたときに
これを鬼のしわざとして豆をまいたことが、節分の起り
だと云われています。季節の変わりめを大切にし、

元気に春を迎えるための行事として今も受け継がれています。

節分では、豆まきをしたあとの大豆、いわし、

恵方巻き(巻きずし)などが食べられています。

今年の節分は
2月3日!

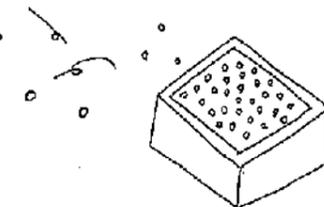


豆をまいて厄払いしよう

豆をまくことで悪い鬼(病氣)を
追い払い、このときまかれた豆を
自分の歳の数+1こ食べて
一年の無病息災を願います!

イワシを食べたあと
ヒイラギで火焼かがしをつくり、
玄関に飾って
鬼を追い払います!!

豆は炒った大豆を使います。
生豆を使わないのは
「拾い忘れたものから芽が出ると
よくないことがある」と
云われているからです。



太巻きを食べて福を巻き込もう!

節分に「恵方を向いて太巻きを食べる」という
風習は関西地方から全国に広がり、
家族で仲良く食べることを大切にしています。
今年の恵方は「南南東」です!