

## 1月 給食だより

♪あけましておめでとうございます♪

お正月のお料理と言えば「お節料理」 お節料理の「節」は季節の節目のことです。節目に食べるお料理がお節料理の始まりです。今はお正月だけをさすようになりました。重箱に詰められたお料理にはそれぞれいわれがあります。語呂合わせやこじつけのようですが、その食材や料理の名前を口にするだけで自然と縁起のいい言葉があふれてきます。このようにお節料理には幸せがいっぱいつまっていますのです。そして今年一年がよい年でありますように・・・と折りの気持ちが込められています。

お正月はどのように過ごされましたか？昔の風習を大切にしながらも、新しい文化を取り入れてお正月の過ごし方やお節料理や食べ物も多種多様になっています。

でも今も昔も変わらないのは、心地よい清々しい気持ちにさせてくれるお正月の雰囲気ですね。

**今年もよろしく願いいたします。**



## おもちつき

1月5日はもちつきです。



みんなで力をあわせて「べったん」「べったん」「よしよ〜」「よしよ〜」と美味しいもちをつきます。

**【お正月の余ったもちで芋餅を作いませんか？】**

## さつまいも餅

## 【材料】

さつまいも・・・300g  
おもち・・・100g  
きなこ・・・大さじ4  
砂糖・・・大さじ2

さつまいもを入れるとお餅が固くなりません。歯切れもよく食べやすくなりますよ♪

- ① さつまいもは2cmくらいの厚切りにし、皮をむいて水にさらしあくを抜く。
- ② ①を皿に並べ蒸気の上がった蒸し器で蒸す。さつまいもが蒸しあがったらさつまいもの上にお餅をのせてさらにお餅が柔らかくなるまで蒸す。**\*電子レンジでも出来ます**
- ③ ②をボールに移し、すりこぎやしゃもじなどでつぶして、芋と餅を混ぜ合わせる。  
**\*お餅はボールにくっつきやすいのでさつまいもでお餅をくるむ様にして混ぜ合わせるのがコツです。少し力がいりますよ！**
- ④ ③を丸めて砂糖と合わせたきな粉をつけて出来上がり！  
**\*丸める時に手に少量の油をつけると手にお餅が付きません。**

## お好み焼パン

## 【材料】

食パン・マヨネーズ  
お好み焼ソース・天かす  
青海苔・鰹節

**お好み焼？のような・・・でもパンなのです・・・三時のおやつにぴったりです。**

- ① 食パンにマヨネーズ、お好み焼きソースをぬる。
- ② 天かすをのせる。
- ③ 鰹節と青海苔をふり、トースターで軽く焼く。

