

12月

へきなんこども園子育て支援センター

食育だより



ぱくぱく



おすすめレシピ

発行 へきなんこども園子育て支援センター Vol. 157

愛知県碧南市松本町73番地 TEL (0566) 41-7394

<http://www.tcp-ip.or.jp/~hekinan>

今月のテーマ 『 世界の行事食について 』

クリスマスにお正月休みと楽しみがいっぱいの12月ですね！

寒さが厳しいので風邪をひかないように気を付けましょう。

さて、今月のテーマは「世界の行事食について」です。季節ごとの行事や、お祝い事のときに食べる特別な行事食は、海外にもあります。日本とは違う宗教や文化、風土のなかで様々な行事食が食べられています。

日本

日本のお祝い事に数多く登場する代表的な行事食は「お赤飯」です。お祝いの席になぜお赤飯を食べるのかというと、お赤飯の「赤色」に意味があり、赤は邪気を払い魔除けになるという意味が込められており、そこから祝い事に欠かせない食べ物となっています。

アメリカ

アメリカの11月の第4木曜日は感謝祭といい、秋の収穫を祝う伝統行事です。感謝祭では家族や友達が集まって七面鳥の丸焼きを食べるのが習慣となっています。

中国

中国では旧正月という一年で一番大切な行事に水餃子を食べます。餃子は中国の昔のお金に形が似ていることから縁起がいいとされています。

韓国

おめでたい結婚式の席に「ククス」という麺料理を食べるしきたりがあります。ククスはそうめんのように細くて長い麺で夫婦が仲良く長く生きられるようにという願いが込められています。

『 プレーンケーキ 』



材料 《 20×28 cm 1枚分 》

- ・小麦粉 230g
- ・ベーキングパウダー 大さじ1
- ・マーガリン 130g
- ・砂糖 100g
- ・卵 3個
- ・牛乳 40cc

《作り方》

- ①ボウルにマーガリンと砂糖を入れ、すり込むようによく混ぜる。
- ②、①に溶いた卵を入れ、さらによく混ぜる。
- ③、②に牛乳を入れ、軽く混ぜたら小麦粉とベーキングパウダーをふるい入れ切るように混ぜる。
- ④クッキングシートをひいた天板に③を流し入れ、170℃に予熱したオーブンで20分焼いたらできあがり！

お好みにチョコチップやドライフルーツを入れるとより美味しく仕上がります。簡単にできますので、ぜひお子さんと一緒に作ってみてくださいね。

🌸お正月について🌸

お正月とは旧暦の一月の呼び方をそのように呼ぶ事が元になっています。

三が日とは…1月1日から3日までの間のこと。

松の内…1月1日から7日で門松が飾られている期間です。

その他にもおせちや、お年玉などにもきちんと由来するものがあります。それらを知ってみると、お正月が大切な行事なんだと知ることができます。この日にはこんな意味があるんだというのを知ってから過ごすとはまた違ったお正月になると思います♪