

はじめに

皆様こんにちは。夏の暑さも通り過ぎ、だんだんと秋らしくなってきました。秋といえば、食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋など〇〇の秋がたくさんありますね。秋は実りの秋。お米や果実、畑の作物などたくさんのものが収穫の時期を迎えます。私たちの主食であるお米も新米の時期を迎えましたね。新米を楽しめるのはこの時期だけです。食欲の秋は、新米と一緒に、秋に旬を迎えた食材を食したいですね。



9月行事食



★敬老の日行事食★

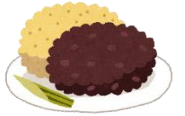
天ぷら	ゴマ豆腐
山菜おこわ	果物（梨）
すまし汁	

おはぎとぼたもちの違い？

お彼岸といえば、おはぎやぼたもち。邪気を払うといわれる小豆を使った和菓子です。萩の花や萩餅、牡丹餅などとも呼ばれており、基本的にはどちらも同じものですが、由来は諸説あるそうです。

小豆の粒が萩の花に似ているからおはぎ、または牡丹の花に見立てぼたもちと呼んだり、春はぼたもち、秋はおはぎと季節で呼び分けているともいわれています。また、お米の種類や残す米粒の程度、あんこの種類などで呼び分けるともいわれるそうです。一概にはいえませんね...

食レク～おはぎ～



先日食レクでおはぎを作りました。おはぎはきな粉とこしあんの2種類。昔はよく作られていたようで、皆さん手際よくテキパキと作られていました。

