

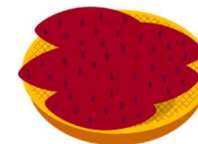
十五夜



令和2年10月1日(木)

10月1日は十五夜です。

十五夜は1年で最も美しいとされている「中秋の名月」を鑑賞しながら、収穫などに感謝をする行事です。平安貴族が中国の風雅な観月を取り入れ、のちに庶民に広がると、秋の収穫物を供えて実りに感謝をする行事となりました。十五夜は芋類の収穫祝いを兼ねているので、別名「芋名月」といい、里芋やさつま芋を供えます。



お米を主食とし米文化が根付いている日本の行事には、餅や団子が欠かせません。お月見では月見団子を供えて作物の収穫に感謝し、これから実るものに対しては豊作を祈願します。



給食では十五夜にちなんだ献立として、うずらの卵を月に見立てた「お月見ハンバーグ」とお団子がたくさん入った「お団子汁」を考えました。



材料	4人分量 (g)	作り方
【おだんご汁】		
(冷凍)白玉団子	100	① 混合削り節でだし汁をとる。※和風だしの素でもよい。 ② ごぼうは小口切り、にんじんは薄いいちょう切り、干しいたけ・さといもはいちょう切り、ほうれん草は茹でて2cmの長さに切る。 ③ 鍋にだし汁を入れて沸騰させ、にんじん・さといも・ごぼう・鶏肉・干しいたけを煮る。 ④ 煮えたら、③に調味料を加えて(冷凍)白玉餅を加える。 ⑤ 火が通ったら、仕上げにほうれん草を加える。
鶏もも肉皮なし小間肉	40	
ごぼう	50(小口切り)	
にんじん	60(薄いいちょう切り)	
干しいたけ	2.5(せん切り)	
ほうれん草	50(茹でて2cm)	白玉団子を手作りする場合 白玉団子は、白玉粉の重さと同量の水(粉100gなら水100ml)が基本になりますが、入れすぎは禁物!水を1/3ほど残してはじめに混ぜ、後から少しずつ調整していきます。ひと塊になって、ポウルにも手にもくっつかない粘土のような状態になるまで、こねながら水分を調整します。
さといも	60(いちょう切り)	
醤油	20	
塩	1.6	
酒	4	
混合削り節	8	
油	2	
水	適量	