

【端午の節句】 5月5日はこどもの日

こどもの日は、「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する日」です。男女の区別はなく、お母さんに感謝する日です。

お母さんに限らず、お父さんにも感謝しましょう。

4月から5月上旬が旬のたけのこは、成長が早く生命力が強いことから、すくすくと健やかに育ててほしいという願いを込めて、こどもの日に食べられるようになりました。

今日は旬のたけのこを使って「若竹汁」にしました。



令和4年5月6日(金)



材料	4人分量(g)	作り方
【若竹汁】		
わかめ	12	① わかめはもどして2cmに切る。筍・人参はせん切り、豆腐はさいの目切り、なるとはせん切りにする。 ② 混合削り節で、だしをとる。 ③ ②のだし汁に、豆腐、たけのこ、にんじんを入れて煮る。 ④ ③になるとを加え、調味する。 ⑤ 仕上げにわかめを加えて、仕上げる。
豆腐	20	
なると	40	
たけのこ水煮(新物)	80	
にんじん	20	
醤油	8	
塩	2.5	
みりん	2	
混合削り節	10	

