



銀山温泉（上畑焼き）

8月（葉月）



陶芸センター

八朔の日(8月1日)

青豆ご飯

青豆だいこんおろし

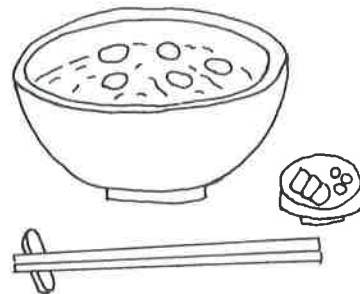
つくりかた

材 料 (5 人 前)	
うるち米	カップ4杯
青豆	カップ1/2杯
水	カップ4 1/2杯
{ 塩	小さじ1/2杯
{ 酒	少々
{ しょうゆ	少々
青豆だいこんおろし	
{ 青豆	カップ1/2杯
{ だいこん	200g
{ しょうゆ	大さじ1 1/2杯

- ① 米は30分位前によく洗い、分量の水に浸しておく。
- ② 生の枝豆(干大豆の時は、打豆にして米と一緒に浸しておく。)
- ③ 炊く時に調味料を入れ、よくかきまぜ、青豆も入れて炊き、5~6分蒸らす。

青豆だいこんおろし

- ① 青豆はゆでておく。
- ② だいこんはおろし、青豆にそえ、しょうゆ又は塩で味をつける。



言 伝 え

風祭りといって、暴風は百姓の作物を荒らし、建物を倒し害を与えるので、農民はおそれ、神に祈って無事を願った。青豆ご飯を炊き、青豆だいこんおろし、豆汁を作り(汁に豆をはじく)萱の箸をそえて神に供える。秋の取入れ前の祝田で、村中揃って休みをする。

主なごちそう

青豆ご飯、青豆だいこんおろし、豆汁、餅賄(小豆、ぬた、納豆、雑煮)

参 考

枝豆の場合、枝豆はビタミンカルシウムも豊富であり、大いに食べたい食品の一つである。さやつきのままゆでると色よく仕上がり、それを冷凍しておくとき節はずれの時期にもめずらしく食べられる。

かぼちゃころがし(8月14日)

つくりかた

かぼちゃ煮

材 料 (5 人 前)	
かぼちゃ	1ヶ
煮汁(だし)	カップ11/2杯
しょうゆ	大さじ11/2杯
砂糖	大さじ1杯

- ① ころばしたかぼちゃを縦割りにし (注意) て、種を抜き、くし形に切ります。 かぼちゃや、あくのない甘味の野菜は直煮にします。直煮は煮上ると同時に汁がなくなるように計算して、だしと調味料を入れて一度に煮上げます。この方法は、芋、なす等にも用います。芋のうちでもぬめりのあるものは、ちよっと茹でてから、直煮するとよいようです。
- ② 皮を1部残して削り取り、形を整えます。
- ③ 煮くずれないように面取り(角を取る)をします。
- ④ かぼちゃを鍋に平らに並べて煮汁を入れます。
- ⑤ 落とし蓋をして中火でよく煮含ませます。
- ⑥ 形よく器に盛ります。

言 伝 え

五穀豊穰を祈願し、住民の安住を祈った。八幡様は戦いの神様なので、武士達が、陣地を守るため、八幡神社の坂から、石をころがして、敵軍を減ぼした。これがかぼちゃに変わったと言われています。ころがしたかぼちゃを拾ってきて数を切り家族全員で無病息災を祈った。夜になると一軒一軒かぼちゃを持ちよって境内から転がして祈願する。信者がもちよった酒をのみ料理を食べながら夜明かしをする。昔家々にはりつけ台があり、悪いことをしないようにとの戒めの意味を込めた行事になった。悪いことをすると首を切られるという。(丹生)

参 考

かぼちゃはビタミンA・Cに富み緑黄野菜として保存でき重宝である。最近では夏かぼちゃと言って7月8日頃しか食べられない美味しいかぼちゃもあるが、これは生のまま、食べられる大きさに切って冷凍して冬至の頃まで保存ができ、冬至かぼちゃとして食べてもよい。

豆名月 中秋の名月(8月15日)

ゆで枝豆、ゆで栗、ふかしさつまいも

材 料 (5 人 前)	
枝豆	200 g
早生栗	20粒
さつまいも	2本

<つくりかた>

- ① 枝豆は15~16cmに切り、熱湯に塩少々を入れて茹でる。
- ② 早生栗は茹でる。
- ③ さつまいもはふかして供える。

<言 伝 え> 豆名月は男の名月とも言われる。昔の人はお月様を神としてあがめ十五夜(満月)に枝豆を供えた。お月様に供えたものは盗ってもよいとされ、子供達は「豆あげたか、豆あげたか」と言いながら、各家をまわり枝豆盗りをする。茹でた豆を庭に上げ各家を廻って豆を探して歩く。橋を渡らずに七軒歩くと、長者になるという伝えがある。

お月様に供えるもの

枝豆、さつまいも、栗、ススキなどの秋草を供え、風情を味わう。

一品料理

茄子の豆づり和え

材 料 (5 人 前)	
茄子	200 g (3個)
和え衣	
枝豆	150 g
砂糖	大さじ2杯
酒	小さじ2杯
塩	小さじ1/2杯

<つくりかた>

- ① 茄子はへたをとりたて半分に切って5~6mm厚さの半月切りにし、薄い食塩水で5~6分アク抜きする。
- ② 熱湯の2%の塩を入れ枝豆を茹で、水にとってさまし豆をさやから出して薄皮をむく。
- ③ 枝豆は包丁であらくきざんでおく。きざんだ枝豆はすり鉢でよくすりつぶし、調味料を入れて味をととのえる。
- ④ アク抜きした茄子は蒸して熱いうちに塩少々ふりかけておく。
- ⑤ 食べる直前に③で④の茄子を和える。

一品料理

さやいんげん(ささぎ)の辛子みそ漬

材 料 (5 人 前)

さやいんげん(ささぎ)	150g	赤みそ	50g
練辛子	小さじ1杯	砂糖	少々
		酒	大さじ1杯

<つくりかた>

- ① さやいんげんのやわらかいものを、塩入れた熱湯でかために色よくゆでる。
- ② 赤みそ、練辛子、砂糖、酒を入れすりのばす。
- ③ ②の中に①のいんげんを3cm位に切り、②に合えてつけこむ。
- ④ ふたをきっちりしめ、からみがにげないようにして、冷蔵庫に入れておく。

枝豆ご飯

材 料 (5 人 前)

米	カップ3杯	しょうゆ	大さじ11/2杯
枝豆	カップ11/2杯	酒	大さじ11/2杯
水	カップ31/3杯	塩	小さじ1杯

<つくりかた> 米は炊く1時間前に洗ってざるに上げ水気をきっておく。枝豆はさやごと塩ゆでにし水にとってさまし、豆をとり出して薄皮をとり、炊飯器に米水を一諸に入れ、たきあがったら枝豆をごはんの上のせ軽く混ぜ合せて盛りつける。

とびだけの油炒め

材 料 (5 人 前)

とびだけ	100g
糸こんにゃく	1包
油揚げ	1枚
にんじん	20g
油	大さじ2杯
しょうゆ	大さじ2杯
酒	大さじ2杯

<つくりかた>

- ① とびだけは石付を取り、水で洗い水気をよく切って2cm位に切る。
- ② 糸こんにゃくは3cm、油揚げはうす切り、にんじんはさがぎにする。
- ③ 鍋に油を熱し①と②を入れよく炒め、しょうゆ、酒を入れ味をととのえる。

<参 考>

とびだけは若いのをえらぶ。手をふれていたんだ部分が黒くなりやすいので早く料理する。又塩漬しておいて冬の保存食として、塩抜きして食べてもおいしい。

