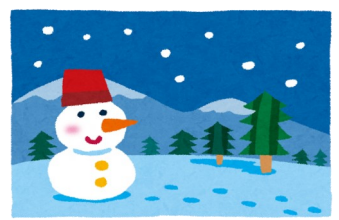


2021年 12月



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7 大雪※1	8	9	10	11
12	13 正月事始め※2	14	15	16	17	18
19 食育の日	20	21	22 冬至	23	24	25 クリスマス
26	27	28	29	30	31 大晦日	

大晦日



旧暦では毎月の最終日を「晦日(みそか)」と言い、一年で最後の晦日であり、最も大事な日である12月末日を「大晦日」と呼ぶようになりました。

一年の締めくくりにそばを食べて新たな年の幸せを願います。長寿そば、運氣そば、福そば、縁切りそばなど様々な呼び名があります。

冬至



二十四節気(にじゅうしせっき)※3のひとつで、1年の中で最も太陽が出ている時間が短く、最も夜が長い日のことです。

この日を境に太陽が生まれ変わって運が向くと考えられ、小豆やかぼちゃを食べて邪気を払い、香りの強いゆず湯に入って身を清める風習があります。

【二十四節気】※3

節分を基準に、1年を24等分して約15日ごとに分けた季節のこと。

年越しそば

【材料】(2人分)

- ・そば(生)…150g
- ・生しいたけ…2枚
- ・紅白かまぼこ…40g
- ・長ねぎ…適量
- ・みりん…小さじ1
- ・醤油…大さじ2
- ・砂糖…小さじ1
- ・だし汁…400g

かきあげ

- ・干しエビ…6g
- ・かぶの葉…20g
- ・にんじん…20g
- ・玉ねぎ…20g
- ・天ぷら粉…40g
- ・水…60g
- ・揚げ油



お正月料理を作る際に出る野菜の切れ端をかき揚げにして添えましょう！

【作り方】

- ①生しいたけ・紅白かまぼこはスライス、長ねぎは小口切りにする。
- ②だし汁に生しいたけを加えひと煮立ちさせ、みりん・醤油・砂糖で味を調える。
- ③そばをゆで、②に入れてひと煮立ちさせ、かまぼこ、長ねぎを加える。

かきあげ

- ①天ぷら粉と水を混ぜ衣を作る。
- ②野菜を千切りにし、衣をつけ油で揚げる。



※1 大雪(たいせつ)：二十四節気のひとつ。雪がたくさん降る地域が増え、本格的な冬のはじまり。

※2 正月事始め：大掃除や餅つきなどを行い、この日から本格的に正月を迎える準備をする。