

2022年 5月



日	月	火	水	木	金	土
1	2 八十八夜 ※	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6	7
8 母の日 	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19 食育の日	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

※八十八夜:立春から数えて88日目のことです。この時期に新茶の収穫が行われます。



こどもの日

こどもの日は「端午(たんご)の節句」とも言います。「端午」とは「月はじめの午(うま)の日」のことで、「午」が「五」に通じることから、5月5日に行われるようになりました。端午の節句には、柏餅やちまきを食べる習わしがあります。鯉のぼりやかぶとを飾り、こどもの健康や成長を願います。

今月は、「かぶと春巻き」を紹介します。春巻きの皮を折り紙のカブトのように折るだけで、かわいい春巻きができます。家族と一緒に作ってみてはいかがでしょうか。

かぶと春巻き



【作り方】

- ①春巻きの皮を折り紙のようにしてかぶとの形に折る。
- ②①の袋状になっている内側に具を入れ、水溶き片栗粉をつけて口を閉じる。
- ③フライパンに油をひき、揚げ焼きにする。皮がきつね色になればできあがり。

【ポイント】

折り目を水溶き片栗粉で止めるときれいに仕上がります。揚げずにオーブントースターで焼いてもカリッとおいしいですよ。



【材料】(4個分)

- ・春巻きの皮 4枚
- ・水溶き片栗粉 (片栗粉:水=1:2の割合でとく)
- ・お好みの具 (ハム、チーズ、じゃがいもなど)
- ・油 適量