






# 2022年 9月



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9 重陽の節句※	10 十五夜 
11	12	13	14	15	16	17
18	19 食育の日 敬老の日 	20	21	22	23 秋分の日 	24
25	26	27	28	29	30	



## 十五夜

中国の中秋節に由来する行事で新暦の9月頃です。一年でもっとも美しいと称えられる「中秋の名月」を鑑賞する「お月見」として知られています。

十五夜の満月には、秋の収穫に感謝の気持ちを込めて、15個の丸い月見団子を供えます。これは満月に見立てたものです。



### 【ポイント】

- ・みそと砂糖とみりんの量は1:1:1がおすすめです。
- ・蒸し器のほかに、茹でたり、電子レンジでもおいしくできます。

## きぬかつぎ

十五夜に食べる料理といえば一番に思いつのが月見団子ですが、お団子の代わりに衣被(きぬかつぎ)をお供えしていた地域もあります。

きぬかつぎとは里芋の子芋を茹でたもので、皮をむくと白肌があらわれることから、高貴な家の女性がかぶる布に似ていると考えられ、「衣被(きぬかつぎ)」と名付けられたとされています。

里芋を使ったシンプルな料理ですが、素材の味を楽しみながら、満月を見上げてみませんか。

### 【材料】(4人分)

- ・里芋(小)・・・16個
- ・みそ・・・適量
- ・みりん・・・適量
- ・ごま塩・・・少々
- ・砂糖・・・適量

### 【作り方】

- ① みそ、砂糖、みりんを合わせる。
- ② 里芋は皮をよく洗い、安定するように底になる部分を少し切る。蒸し器の準備をし、湯気が十分に立ったら里芋を並べてやわらかくなるまで蒸す。
- ③ まわりに浅く切れ目を入れ、上部の皮をむく。合わせておいた①、ごま塩をのせる。

