

2021年 5月



日	月	火	水	木	金	土
						1 八十八夜
2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 立夏 端午の節句	6	7	8
9 母の日	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					



端午の節句



5月5日は「端午の節句」。生まれて初めて迎える節句のお祝いを「初節句」と言い、男の子には端午の節句に五月人形や鯉のぼりを贈り、健やかな成長と幸せを願います。現在、5月5日は「こどもの日」として国民の祝日に定められています。

端午の節句の食べ物にはちまき、柏餅があります。ちまきは中国の古事によるもので邪気をはらうものとされ、柏餅は、新芽が出るまで親の葉が枯れ落ちないことから代々継承を約束するごちそうとして用いられました。



ちまき風山菜おこわ

【材料】(4人分)

- ・もち米…1カップ
- ・うるち米…1カップ
- ・しょうゆ…大さじ2
- ・酒…大さじ1
- ・顆粒だし… 小さじ1
- ・にんじん…40g
- ・山菜(水煮)…100g
- ・うずらの卵…4個
- ・鶏むね肉…100g
- ・しめじ…40g
- ・グリーンピース…20g



【作り方】

- ①にんじんは短冊切りにする。
 - ②鶏むね肉、しめじは食べやすい大きさに切る。
 - ③炊飯器に研いだ米、調味料、具材を入れ、炊飯する。
 - ④うずらの卵、グリーンピースをゆで、盛り付ける。
- ※今回のレシピは炊飯器のおこわモードで調理しました。



八十八夜:立春から数えて八十八日目。春から夏に移る節目の日で、この日から夏の準備を始める。

立夏:5月6日頃(2021年は5月5日)。暦の上での夏の始まり。