
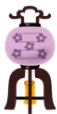




2021年 8月



日	月	火	水	木	金	土
1 八朔※1	2	3	4	5	6	7 立秋※2
8  山の日	9	10	11	12	13	14
15 お盆 	16	17	18	19	20	21
22	23 処暑※3	24	25	26	27	28
29	30	31				

お盆



お盆の13日にご先祖様の霊を迎えに行き、お盆の間、家で一緒に過ごして供養をして、16日に送り出します。

お盆の入りには、ご先祖様の霊が迷わず家に帰ってこられるための目印が必要になるため、おがらを焚いたり軒先に提灯(ちょうちん)を下げます。

特に、前年のお盆以降に亡くなった人がいる家は、新盆(にいぼん)になります。

精進料理

精進料理の「精進」とは、仏の教えにより仏道修行に努めることとされ、殺生や命に向き合い考える料理とされています。

肉や魚、豚、鶏などの肉類を使わず、豆類や野菜、穀類などを用いて調理をします。



白和え

【材料】 4人分

絹豆腐・・・1/2丁
白ごま(すり)・・・大さじ1/2
砂糖・・・大さじ1
みそ・・・小さじ2/3
しょうゆ・・・大さじ1
塩・・・ひとつまみ
ほうれん草・・・2株

A {
B { 人参・・・50g
生しいたけ・・・1枚
つきこんにゃく(2cm長さ)・・・50g

【作り方】

- ①豆腐はキッチンペーパーで包み重しをして水切りする。
- ②つきこんにゃくを茹でてあく抜きする。
- ③人参は千切り、生しいたけはスライスする。
- ④ほうれん草は茹でて水にさらす。水気を絞り2cm長さ程度に切る。
- ⑤鍋に分量外のだし汁100cc・しょうゆ大さじ1・みりん大さじ1・Bを入れて煮含めて冷ます。
- ⑥ボールに豆腐とAを入れ滑らかに合わせ、水分を切ったB、ほうれん草を和える。

八朔※1: 田の神様に豊作を祈願する日。

立秋※2: 秋の始まりという意味。

処暑※3: 暑さが終わる、暑さが落ち着いてきて、日中は暑さがあるものの朝夕の涼しくなる時期のこと。