

みなさんこんにちは。
去年は「おせちの由来と煮しめ」の紹介をしました。
今年も簡単に作れるおせち料理第2弾としまして



だてまき
伊達巻・紅白なますの作り方を紹介します。

伊達巻・・・市販の伊達巻は甘くて「ちょっと苦手」という方、今年は手作りに挑戦してみましよう！

【材料】

- はんぺん・・・50g（細かく刻む）
- 卵・・・・・・・・2個
- みりん・・・・・・・・小さじ1
- 砂糖・・・・・・・・大きじ1
- だし汁・・・・・・・・大きじ1
- 油・・・・・・・・適量（卵を焼く時に使用）

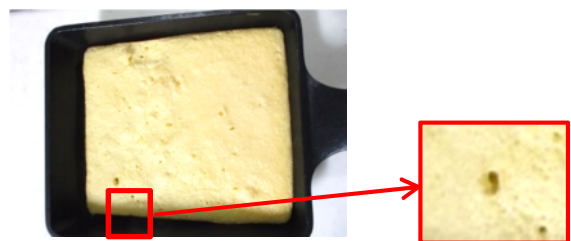
【作り方】

- ①油以外の材料をフードプロセッサーに入れ、なめらかになるまで混ぜる。
- ②卵焼き器を熱し、油を全体になじませる。この時、余分な油は捨てる。
- ③①を一気に流し込み、材料を全体にひろげる。
- ④いったん火から外し、布巾の上でトントンとたたき空気を抜く。
- ⑤再度火にかけ、アルミホイルをかぶせて蒸し焼きにする。（弱火）
- ⑥表面にぽつぽつ穴ができ始めたら火を止める。
アルミホイルを再度かぶせ、さらに5分位蒸らしておく。
- ⑦⑥を「巻きす」で巻き冷蔵庫に入れ、冷めたら食べやすい大きさにカットする。

<③材料を広げた様子>



<⑥表面にぽつぽつ穴があいてくる>



<⑦輪ゴムで固定する>



<カットして完成！>



紅白なます・・・大根とにんじんで簡単に作ってみましょう。

【材料】

- 大根・・・100g（6cm位にカットしたもの）
- にんじん・・・8g（ " ）
- 塩・・・少々
- 砂糖・・・大さじ1
- 酢・・・大さじ1
- 塩・・・少々

} ★



【作り方】

- ①大根とにんじんを細いせん切りにし、塩もみする。
- ②少し水が残る程度に水を絞る。
- ③★をあわせ砂糖をとかし材料とあわせる。冷蔵庫で2～3日保存し味をなじませる。
（保存している時は何回か上下に混ぜるようにする）

～ 雑煮豆知識 ～

雑煮は無病息災を祈り、1年間無事に過ごせますようにと願い食べる料理です。餅は古くから日本人にとって、祝いごとや特別な「ハレの日」に食べるのものとされ、歴史は室町時代にまでさかのぼります。その当時、雑煮に入れる餅は庶民では高く手に届かなかったので、里芋を代用していたそうです。江戸時代に入ると、一般庶民でも簡単に手に入るようになったので、餅を入れた雑煮が全国的に広まったそうです。雑煮はその地方により餅の形、味付け、材料に特徴があり、地域によっていろいろな雑煮になっていきました。

・餅について

関西地方では丸餅、寒冷地や東京（江戸）周辺は角餅を使う傾向があります。江戸時代、江戸には人口が集中していたため、一つずつ手で丸める丸餅より、数多く作れる角餅が使われたと考えられています。関西では、昔から「円満」の意味を持つ縁起ものの丸餅が使われていました。関ヶ原の合戦の影響で、岐阜県関ヶ原を境に東西に分れたという説もあります。

・汁の味付けについて

関西地方のお雑煮は白味噌仕立てです。東日本と近畿を除く西日本では圧倒的にすまし汁仕立てです。出雲地方や能登半島の一部などでは小豆〔あずき〕汁のお雑煮を食す地域もあります。

伝統的な食文化を次の世代につなげていけたらいいですね。

