

## おせち料理

2018. 11. 27(火)

### 伊達巻き

卵	10個
はんぺん大	2枚
だし	150cc
砂糖	大4
みりん	大3
塩	小1 1/3
おに巻きす	

- ① はんぺん、調味料をミキサーにかける。
- ② ①に卵を加え、さらにミキサーにかける。(泡立てない程度に)
- ③ 天板に流して180℃位で20分間焼く。
- ④ 焼き上がったら、熱いうちに巻きすで巻く。

### りんごきんとん

さつまいも	300g
水	1.5c
砂糖	大2
りんご	1/2個(100g)
砂糖	大3
レモン汁	小1
塩	少々

- ① さつまいもは厚く皮をむいて、水によくさらす。
- ② ①に水、砂糖を加えてやわらかく煮、熱いうちにつぶして裏ごしする。
- ③ りんごは皮をよく洗い、2~3cmのくし型に切り、芯を取って2~3mmのうす切りにする。
- ④ 砂糖、レモン汁をふりかけて、3~4分間やわらかく煮る。
- ⑤ さつまいもを鍋にもどして、中火で練る。
- ⑥ ⑤にりんご、塩を加えて練る。

### 八幡巻

とりもも肉	1枚
しょうゆ	大1
みりん	大1
にんじん	薄味でたく
ごぼう	
たこ糸	

- ① とりもも肉を巻きやすいようにうすくのばして、調味料に20~30分位つける。にんじん・ごぼうはゆでてから味付けしておく。
- ② 皮を下にして広げ、にんじん2本、ごぼう3本を芯にして巻く。
- ③ タコ糸で形よく巻いて、180~200℃で15~20分焼く。
- ④ つけ汁をハケで塗りながらこんがり焼く。

### 雑煮...7人分

もち	14切れ
小松菜	200g
だし汁	1800cc
しょうゆ	大3
みりん	大1
塩	小1
花かつお	少々

- ① だし汁にしょうゆ、みりん、塩を入れる。
- ② 煮立ったら小松菜を入れ、一煮立ちしたらもちを入れる。

## 紅白なます…4~6人分

だいこん	300g (1/2本)
にんじん	60g (1/2本)
塩	小1と1/3
漬け汁	
砂糖	大3
酢	大5
こんぶ	7×10

- ① だいこんは長さ3.5cmから4cmに切り、皮をむく。  
繊維にそって薄切りにし、巾1~2mmのせん切りにする。
- ② にんじんも同じ長さにあわせてせん切りにし、だいこんに小1・にんじんに小1/3の塩をしてかるく混ぜる。
- ③ 鍋に漬け汁の材料と水大3を入れ、強火でひと煮立ちさせ、さましておく。
- ④ だいこん・にんじんがしんなりしてきたらOK。  
それぞれきつく水気を絞って、こんぶを取り出した漬け汁でよく混ぜる。

## 田作り

田作り	50g
調味料	
しょうゆ	大3
砂糖	大1と1/2
みりん	大1/2
七味	少々

- ① 田作りをフライパンで炒る。(弱火で焦がさないように)  
※オープンなら220℃で3~4分
- ② (熱いうちにだし又は湯をさっとかける。
- ③ 調味料を少し煮詰めて照りを出してから田作りを混ぜ合わせる。

## 数の子

数の子	
だし	小1
みりん	小1
しょうゆ	小1

- ① 数の子を水につけて5~6時間塩抜きをする。
- ② うす皮をとりよく洗いつけ汁にする。

### ☆☆本日のおせち料理☆☆

#### 伊達巻

江戸時代、長崎から江戸に伝わった「カステラ蒲鉾」が、伊達者(シャレ者)たちの着物に似ていたので伊達巻と呼ばれるようになったようです。また、昔は大事な文書や絵は巻物にしていたので、おせち料理には巻いた料理が多くあります。

#### 八幡巻

細く長く地中にしっかり根を張るごぼうは縁起のよい食材としてさまざまな料理に使われています。たたきごぼうは、やわらかく煮たごぼうを叩き、身を開いて開運の縁起をかついだもの。ごぼうの産地である八幡の名をとった「牛肉の八幡巻」「穴子の八幡巻」も正月の巻物料理です。宮中で正月に配られる花びら餅の芯にもごぼうが用いられています。

#### 紅白なます

生の魚介、大根、にんじん、酢で作ったことから「なます」の名がつけられました。今は生の魚介のかわりに、干し柿、昆布、ゆずの千切りも用いられます。

#### 田作り

カタクチイワシの幼魚の乾燥品、およびそれを調理した料理のことをいいます。正月のおせち料理、特に関東風の祝い肴三種として欠かせないもののひとつである。田畑の高級肥料としてイワシが使われていたことから豊作を願って食べられた。

#### 数の子

数の子は鱧(にしん)の卵。二親(にしん)から多くの子が出るのでめでたいと、古くからおせち料理に使われています。正月らしい一品です。