

二色なます

紹介者

柴田順子さん

材料(2人分)

- 大根……………150g
- ニンジン……………50g
- 白すりごま……………大さじ2杯
- ピーナッツ粉でも可
- ダイダイ……………中くらい2個
- 酢でも代用可
- 砂糖……………大さじ3杯
- 塩……………少々

作り方

大根、ニンジンは長さ4〜5cmの細切りにして、塩をふり、しんなりして水が出たら水気を絞る。

ダイダイの絞り汁20ccに砂糖を加え、塩を少々入れて甘酢を作る。

の絞った大根とニンジンを甘酢で和える。

にすりごま(あるいはピーナッツ粉)を和えて器に盛り、ダイダイの皮の千切り飾る。

ダイダイの皮の千切りを飾る。

ダイダイ

ミカン科。初夏に白い花が咲き、冬に果実が実る。果実は冬を過ぎても木から落ちず、そのまま2・3年は枝についている。ここから「だいだい(代々)」と呼ばれるようになった。縁起の良い果実とされ正月飾りに用いられている。

ひじきの白和え

紹介者

菅恵美子さん

材料(4人分)

- ヒジキ……………25g
- 豆腐……………1丁
- 塩……………少々
- 砂糖……………大さじ3
- 醤油……………少々
- すりごま(又はクルミ)……………50g
- サヤエンドウ……………適量
- (季節の青物)……………適量
- ユズ皮……………適量
- ピーナッツでもよい

作り方

ヒジキは水で戻し、ザルにあげて水切りしておく。

豆腐を水切りする。

サヤエンドウ(青物)を塩茹でし、千切りしておく。

水切りした豆腐にすりごま(クルミ)を混ぜて、塩、砂糖、醤油、みりんを味付けする。

にヒジキとサヤエンドウを入れてよく和える。

仏事に作ります。(ひじきの黒と豆腐の白)
普段食にはニンジンやしいたけを入れてもよいです。
青物は彩りに使うので、春先は菜の花など季節の物が好ましいです。