

二十四節気 冬至 12/22~1/5

一年でもっとも昼が短く、夜が長いころのこと。冬至（今年は12月22日、旧暦11月12日）から少しずつ日が伸びていきます。お正月まで10日ばかり慌ただしい年の瀬です。旧暦では1月1日が大正月、15日を小正月として祝いました。

何となく今年はよい事あるごとし元日の朝晴れて風なし 石川啄木

季節の果物 柚子



冬至と言えばゆず湯。体を温めて、かぜ知らずに。柚子の香りや薬効で体を清める禊ぎの意味があったといいます。冬の鍋や料理によく合います。友人が手順書を添えてどっさり届けてくれたので初めてポン酢造りに挑戦してみました。現在熟成中、出来上がりがどうなることやら？

2015/12/06 八尾市の家庭菜園 (わらじ会)

季節の草花 千両・万両



正月飾りとして縁起がいい千両、万両。夏に小花を咲かせた後、実がなり、冬に赤く熟します。切り花に向くのは千両、鉢植えなら万両。どちらもおめでたい正月にふさわしい彩りを添えてくれます。

千両 2015/11/08 龍安寺 万両 2014/12/07 書写山 (わらじ会)

旬の野菜 かぼちゃ 南瓜 (夏、冬)



江戸の昔から冬至の日にかぼちゃを食べると、風邪や中風にかからないとか、福が来るなどといわれてきました。夏に収穫して冬まで貯蔵しておくことができます。かぼちゃの由来はカンボジャから渡来したことに因るそうですが、今日市場に出まわっているかぼちゃは全て西洋か

ぼちやで、ホクホクとして甘く、昔ながらの和風料理のほか、かぼちゃサラダやプリン、パイ、ポタージュなど洋風料理が若い世代で人気です。かぼちゃの皮は固く包丁で切り分けるのが難しいので、我が家では「かね鋸」で2つ割り、4つ割りしたあと包丁の出番となります。写真：野菜図鑑（NET）から

旬の魚介 伊勢エビ（10月から4月）



海の幸と言えば、伊勢海老。古くから儀式や祝宴、正月など大切な席に供されてきました。ことに長く伸びたひげを長生きの象徴に見立てて、長寿祝いの縁起物としています。プリプリした食感や甘みを味わえる姿造りは豪勢な一品。写真のように豪快に焼く海女料理も野趣十分でおいしそう。

（写真：鯨望荘HPから）

二十四節気の冬はあと小寒、大寒で待望の春を迎えます。次の節気「小寒」は新年 1 月 6 日からです。

1 月 1 5 日・小正月は OFF 会にあたります。

大勢の会員が集い、健やかに新年を迎えられたことを讃え合いましょう。（2015/12/20）