

3月3日はひなまつり

BGもち米でカンタン手づくりひなあられ

聖なる木「桃」

桃は古来から聖なる木と考えられていて、伝説や物語にもよく登場します。「古事記」の中で、いざなぎのみことは桃の実で鬼を追いつまっています。桃から生まれた桃太郎の鬼退治の話も桃で邪気を払ったという説があるようです。ひなまつりの桃も女の子の成長を祈り、邪気を払うという昔からの習わしです。

桃花酒

お酒に桃の花びらを浮かべて、女の子の健康を祈りましょう。

子どもは桃の花びらをジュースに浮かべて。

桃葉風呂

桃の葉も桃の香り! 乾燥させて煮出し、お風呂に入れて桃葉風呂♪

1kgと5kgがあり分



＜材料＞

- BGもち米……150g
- 粉砂糖……大さじ3
- 食紅(赤)……ほんの少し
- 抹茶……ほんの少し
- 揚げ油……適量

＜注意＞ 食紅は耳かき半分くらい。抹茶も同量くらいです。

「ひなあられ」の色

● 赤は生命 ● 白は大地
● 緑は木々。それぞれのエネルギーをいただくという意味があります。

甘さほんのり香ばしくておいしい♪

BGもち米をカラリと揚げて色付けた手づくりひなあられ。

＜作り方＞ 1色ずつ作ります!!

- ① 揚げ油を200℃に熱し、もち米 3量(50g)を洗わずに3回に分けて揚げます。
- ② パチパチとはじけたらキッチンペーパーの上に取出し、油をきって粗熱をとります。

油ハネに注意してくださいね

白色



桃色



緑色



※ 箸の先を水でぬらし、ぐるぐるとかき混ぜる。それぞれ同様に4、5回箸の先をぬらして混ぜると色が均等につく。



春の訪れを告げる♪ ナバナ

かごしまブランド

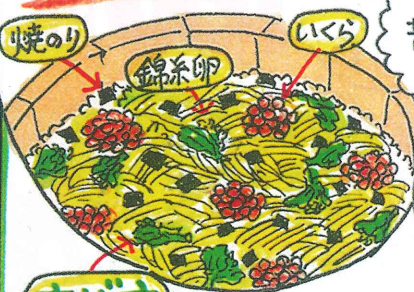


開花する前の青いつぼみの状態で収穫! 春の訪れを告げるナバナは桃の節句や卒・入学などお祝いの御前に欠かせません。

春の香りをそのまま楽しんで!

さっとうがいて

彩りあざやか お祝いちらしずし



- おひたし
- 酢みそ、ポン酢で
- オリーブオイルとも相性抜群! パスタにもgood!

ほのかな苦味が味のアクセント!

天ぷらもおすすめ!



● アブラナ科の緑黄色野菜でつぼみ・葉・茎を食用とすることができます。

ナバナ

● ナバナはさっとうがいて軽く塩をしてしばって飾る

大人気! 貝っとう米! お赤飯

● いつも暮らしの中に欠かせない

お米は洗わずそのまま貝と一緒に炊飯器へどうぞ!

「お赤飯」常備をおすすめ!!

あずき100%の煮汁で炊くので自然な色あいです!

国産原材料を使用!



春のお彼岸 卒業・入学 記念日にも!

「お赤飯」でアイデアおむすび

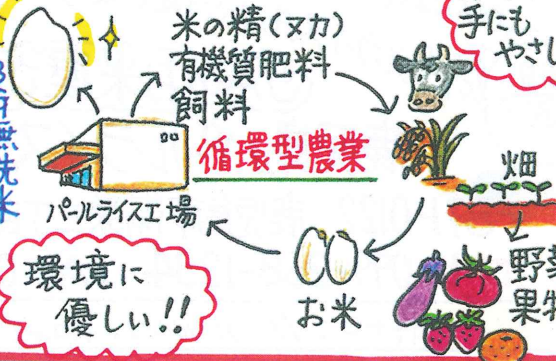
栗の甘煮(市販)をお赤飯のおむすびにのせて♪



お米の耳より情報

BG無洗米は優しい!

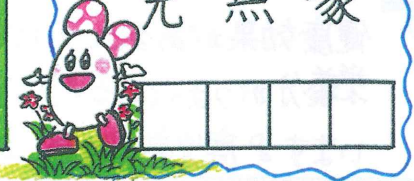
● 工場から汚水の原因となるとき汁は発生しません。



脳トレクイズ

Q. 9つの漢字の中から四字熟語を探してください。

医 源 全
同 一 欠
完 無 象



こんにちは田ノ神さま~!



薩摩川内市 春日神社 笑顔の田ノ神さまです!