

〈節分〉

今年の節分は2月2日です。

節分は、その名の通り「節（季節）を分ける」ことを示しています。

昔は、四季それぞれの始まりに行われるものでしたが、現在では立春の前日、2月3日（または2月2日）を指します。

この日は邪気を払うための行事が行われる日とされ、

「鬼は外、福は内」の掛け声とともに豆を撒く風習が広く知られています。



えほうまき 〈恵方巻〉

「恵方」とは年神様がいとされる縁起の良い方角のこと。

年によって方角が変わります。太巻きは日本で信仰される七福神にちなんで7種の具を入れることが定番です。福を逃さないよう太巻きは切らずに、頭の中で願い事を唱えながら黙って食べると願いが叶うといわれています。



今年の方角は「西南西」



ひいらぎいわし 〈柁 鰯〉

「柁鰯」、または「焼い嗅がし（やいかがし）」

と言い、焼いてにおいを強くしたイワシの頭を柁の枝に刺して玄関先につけます。鬼はイワシの生くさいにおいと、柁のトゲトゲした葉が苦手と考えられていたためです。

〈豆まき〉

節分行事の代表といえば豆まき。

鬼は目に見えない災いの象徴で、昔は病気や災害などは鬼の仕業だと考えられていました。鬼を退治して厄災を取り除くという目的で、今も日本各地で豆まきが行われています。



今月のレシピ紹介 『節分豆でアレンジレシピ集』

大豆バター



材料(4人分)

節分豆 40g
有塩バター 40g
砂糖 大さじ1

作り方

1. 節分豆を細かく砕く
2. バターをクリーム状にする
3. バターの中に、砕いた豆、砂糖を加え良く混ぜる
4. 良く混ぜたら完成

無塩バターでつくる場合は
塩を少々加えてください

パンなどと一緒に

ソイポン酢ダレ



材料(4人分)

節分豆 30g
ポン酢 大さじ3
レモン果汁 大さじ1
ごま油 大さじ1

作り方

1. 節分豆を細かく砕く
2. ポン酢・レモン果汁・ごま油をそれぞれ計量し、ひとつの容器に材料を全て入れ、良く混ぜる
3. 良く混ぜたら完成

大人はラー油でも OK

豚しゃぶと一緒に