行事食

季節折々の伝統行事などの際にいただく料理、特別な行事の時の食事のことです！

主な行事食

1月	おせち料理、七草粥、鏡開き
2月	恵方巻き
3月	ちらし寿司、蛤のお吸い物
4月	お花見団子
5月	柏餅、ちまき
7月	七夕そうめん
9月	月見団子
10月	かぼちゃ料理(ハロウィン)
12月	かぼちゃ料理(冬至)、クリスマス料理、年越しそば

おひなさまカップ寿司

材料(1人分)

	ごはん	50g
	すし酢	小さじ1弱
	青のり	適量
	でんぶ	適量
A	卵	1/2個
A	砂糖	小さじ1/3
A	サラダ油	適量
	きゅうり	1/4本
	ミニトマト	1個
	ハム	1枚

作り方

①温かいご飯にすし酢を加えて混ぜ合わせる。
②を3等分にし、ひとつには青じそ、もうひとつにはでんぶを入れて混ぜる。
③Aを混ぜ合わせ、熱したフライパンにサラダ油をひき、薄焼き卵を作り、食べやすい大きさの細切りにする。
④きゅうりは薄切り、ミニトマトは1/4に切る。ハムは花型に型抜きする。
⑤カップに②を、底から緑、白、ピンクの順に3層なるようにいれ、上に③、④を盛り付ける。

SMILE CITY Sanyo noda

お花見団子

材料(1人分)
白玉粉　30g
いちご(団子用)　1/2個
抹茶　少し
砂糖　小さじ1/2
ぬるいお湯　適量
いちご(飾り用)　1個
バナナ(飾り用)　1/2個

作り方
①いちごをミキサー等でピューレ状にする。
②白玉粉に砂糖を混ぜ、少しずつぬるいお湯を加えてこねる。
③ある程度こねたら生地を3等分し、いちごピューレ、抹茶を加える。
（1つは白のまま）
④生地が耳たぶ程度の固さになったら食べやすい大きさに丸める。
⑤沸騰したお湯の中に④を入れて浮いてきたら2分程度で取り出す。
⑥⑤の水気を切ってお皿に盛り、いちごとバナナを添える。

七夕そうめん

材料(1人分)
だし汁(かつお節・昆布)　100cc
しょうゆ　少々
塩　少々
人参　星型3枚分
オクラ　1本
ロースハム　1枚
そうめん(乾)　30g

作り方
①だしをとり、しょうゆ、塩で味をととのえる。
②鍋に湯を沸かし、にんじんを輪切りにしてゆで、粗熱がとれたら星形に型抜きする。
③オクラをゆで、粗熱がとれたら輪切りにする。
④ロースハムを細長く切る。
⑤そうめんをゆで、冷水にさらし、水気を切っておく。
⑥器に具材を盛り付け、汁をかける。

クリスマスカナッペ

材料(1人分)
クラッカー　3枚
さつまいも　30g
牛乳　大さじ1
抹茶　少々
にんじん
スライスチーズ
ミニトマト　1個
ハム　1枚
バナナ　1/3本

作り方
<さつまいもツリー>
①さつまいもはゆでてつぶす。牛乳を加えてなめらかにし、抹茶を加える
②①を絞り袋に入れ、クラッカーの上にツリーの形に絞る。
③にんじんは薄めの輪切りにしてゆでる。
④③とスライスチーズを星形と丸形(小)に型抜きする。
⑤④を②に飾り付ける
<その他のカナッペ>
①ミニトマト、ハムは1/4に、バナナは輪切りにする。
②クラッカーに①を盛り付ける。

SMILE CITY Sanyo noda