

9月

長月(ながつき)

重陽の節句(9日)…菊酒

栗ごはん

十五夜(22日)……月見団子

栗ごはん 豆 里芋

秋分(23日)……おはぎ

夜が長くなるので「夜長月(よながつき)」。それが「長月」になったといわれています。暑さ寒さも彼岸(9月23日頃)までといわれています。

栗まんじゅう

《材料》(8人分)

栗の甘露煮	8個
白あん	240g
生地	
白あん	20g
卵	30g
砂糖	40g
薄力粉	80g
ベーキングパウダー	小さじ1/2
薄力粉	適量
ドリュール	
溶き卵	大さじ1
みりん	少々
薄口しょうゆ	少々
けしの実	適量

*旬の大粒の丹波栗・三田栗は自然の甘みがつまったうま味が魅力。お菓子や栗ごはんだけでなく、天ぷらや煮物にも使えます。



(写真: 三田市いずみ会)

《作り方》

- 栗の甘露煮は水気を切り、8等分した白あんで包み、丸く形を整える。
- ボウルに白あんを入れ、溶き卵を少しづつ加えながら混ぜ、次に砂糖も加えさらに混ぜる。
- ②に、ふるった薄力粉とベーキングパウダーを加え、粉っぽさがなくなるまで木べらでサクリと混ぜ合わせる。
- バットに薄力粉を軽くふるっておく。そのバッドの上に③を取り出し、軽く薄力粉をふりながら5~6回折りたたむようにして軽くもみ、なめらかな生地にする。生地を棒状にのばし8等分に切り分ける。
- 薄力粉を手につけながら、④の生地を丸くのぼし①のあんを中央にのせて包む。閉じ口をしっかりとじて下にし、栗の形に整え、表面についている粉をハケで払う。
- 溶き卵・みりん・薄口しょうゆでドリュールをつくり、⑤の表面にハケで塗り、少し乾かしもう一度塗る。けしの実を下側1/3に振る。
- クッキングシートを敷いたオープン皿に⑥を並べ180℃で約13分焼く。

◆「春は“ぼた餅”」と「秋は“おはぎ”」

お彼岸と言えば「おはぎ」。漢字で書くと「牡丹餅」と「お萩」。これは同じものです。小豆の粒を萩の花に見立てて「お萩」、牡丹の花に見立てて「牡丹餅」と呼ばれています。



(写真: 宝塚いずみ会)

10月

神無月(かなづき)

お祭り(中旬)……さば寿司
 十三夜(20日)……月見団子
 栗ごはん 豆
 ハロウィン(31日)…かぼちゃ



(写真：三木市いずみ会)

この月に日本中の神様が、出雲の国(島根県)に集まり会議を開き、他の国には神様がいなくなってしまうことから「神無月(かみなしづき)」と呼ばれてきました。神様の集まる出雲の国では「神在月(かみありづき)」と呼ばれています。

さば寿司

《材料》(4尾分)

塩さば …………… 4尾
 米…………… 3カップ
 水…………… 3カップ強

調味液A

酢…………… 4.5カップ
 砂糖…………… 100g
 薄口しょうゆ…………… 小さじ1
 出し昆布…………… 適量

すし酢

酢…………… 大さじ5
 砂糖…………… 大さじ1
 塩…………… 小さじ2弱

*ひょうごの秋祭りの食といえば、「さば寿司」です。
 播磨や丹波ではお祭りに備え、1週間程前から作り始めます。

《作り方》

◆前日の準備

- 1 塩鯖の大きな骨は包丁で、小さな骨は毛抜きで丁寧に抜く。
- 2 3時間程度、水につけ、塩抜きし、鯖の皮を丁寧にむく。
- 3 ペーパーで水気をとり、調味液Aの中に出し昆布を敷き、鯖のをせ一晚おく。

◆当日の調理

- 4 炊いたご飯にすし酢を合わせ、すし飯を作る。
- 5 すし飯を4等分し、固くにぎり、練るように、形を整える。
- 6 竹の皮にすし飯・鯖のをせ、皮の端でくくり、おもしろをおく。



◆ハロウィン

カトリックの万聖節の前晩

(10月31日)に行われる伝統行事。

31日の夜、カボチャをくりぬいた中にロウソクを立てた「ジャック・オー・ランタン」を作り、魔女やお化けに仮装した子ども達が「お菓子をくれなきゃ、いたずらするぞ」と唱えて近くの家を1軒ずつ訪ねます。

家庭では、カボチャの菓子を作り、子ども達はもらったお菓子を持ち寄り、ハロウィン・パーティーを開いたりします。