



お正月気分がぬげきれない1月7日(日)の朝食は春の七草でした。七種類の野草が入ったお粥をゆっくりと味わって食べ、無病息災をお祈りしました。大寒の最後は「季節を分ける」節分の行事があります。節分の日(2月3日)に邪気を祓い、新年を幸多き年として迎えらるるよう豆をまきます。また、近年「恵方巻き」を食べる習慣も定着してきました。具だくさんな太巻きを恵方(2018年は南南東)を向き、目を閉じて無言のまま、願い事を唱えながら丸ごと食べます。節分が終わると立春を迎えますが、まだまだ寒い日が続きます。インフルエンザの流行は衰えず、花粉が飛び交いマスクやゴーグルが必要な時期になりますので、この季節を乗り越えて春を迎えましょう。

極寒の魚沼は雪に埋もれてしまい、突然屋根から雪が落ちてくることがあります。事故に遭わないよう積もった雪を片付ける日々が続きます。



しまう程の雪が積もり、いつもの魚沼地方の風景になってしまいました。

1月14日(日)に平成30年産米の五穀豊穰を祈願し、大きな藁に火を奉る「さいの神」と呼ばれている厄払いの行事が行われました。



穏やかな日が約一週間続いた一月後半、関東地方や太平洋側に大雪をもたらし、強烈な寒波が新潟にも猛吹雪となり到来しました。あつという間に車が埋もれて



体が温まる鍋もののレシピ

『小松菜とエノキのミルク鍋』

【材料】(約4人分)

- 小松菜…1~2束 ・エノキ茸…2袋
- もやし…1/2袋 ・油揚げ…2枚

●鶏団子(約18個分)

- 鶏むねひき肉…200g ・鶏ももひき肉…200g ・卵…1個
- にんじん(みじん切り)…50g ・長ねぎ(みじん切り)…50g
- しいたけ(みじん切り)…2枚 ・手いも(すりおろす)…50g
- 酒…大さじ1 ・みそ…小さじ1 ・塩…小さじ1/2

- A: だし汁…5カップ ・昆布…5cmの長さを1枚
- B: 酒…大さじ2 ・みそ…大さじ1と1/3

・牛乳…1カップ



【作り方】

- 小松菜は4cmに切る。エノキ茸は根元を切り落とし、大きめにほくしておく。油揚げは熱湯をかけて油抜きし、食べやすい大きさに切っておく。
- ボウルに鶏ひき肉、卵、酒を入れ、粘りが出るまでしっかり練る。にんじん、長ねぎ、しいたけ、手いも、みそ、塩を加えてよく混ぜ合わせる。
- 土鍋にAを入れ、煮立ててから②を丸めて入れる。アクを取りながら煮て、火が通ったら皿に上げておく。
- ③に小松菜、エノキ茸、油揚げ、もやしを入れてから、皿に上げておいた鶏団子を入れる。蓋をして約2分煮て、牛乳を加えてひと煮する。

編集後記

魚沼では、昔から続く行事は形を変えても代々引き継がれ、地域の宝として守られ続けています。節分の豆まきでは、昔から豆をまく係りの家が決まっており、家長がまく豆を用意するしきたりがあります。

冬のうおぬまイベント情報

1/25~2/28迄 食まちうおぬま冬物語

★お得なチケットでお店巡り食べ歩き

2月3日(土) 小出雪まつりスキーカーニバル

★飲食店ブース多数出店

2月11日(日) 雪中花水祝

★元旦に汲んだ若水を新婿に浴びせ子宝繁栄

2月24日(土) 大湯温泉スキーカーニバル

★たいまつ滑降、花火大会



小出スキーカーニバル



雪中花水祝

