

2月3日は「節分」

今年の恵方は **北北西**



節分に行われる豆まきは、追儼(ついな)という宮中行事と寺社が邪気を祓うために節分に行っていた豆打ちの儀式が合わさったもの。恵方巻は、大阪船場の風習が広がったもの。その年の恵方(吉方位)を向いて太巻きを丸かぶりすると、「福を巻き込む」「縁を切らない」ので縁起が良い、とされます。

手作り恵方巻レシピ



材料(太巻き4本分)

- お米…3合
- すし酢…90ml
- 乾椎茸スライス…15g
- かんぴょう…10g
- 高野豆腐…4枚
- 卵…3個
- きゅうり…1本
- 焼のり…4枚

作り方

①炊きたてのご飯にすし酢を回しかけ、1~2分蒸らした後、しゃもじで切るように混ぜ、うちわで冷

まします。

- ②椎茸は戻し汁で煮込み、柔らかくなったら砂糖・醤油を入れて甘辛く煮上げます。
- ③かんぴょうは塩揉みし、水洗いしてから下茹でした後、だし汁・砂糖・醤油で濃いめに煮上げます。
- ④高野豆腐はたっぷりの熱湯に浸して戻し、水気を絞ってから、だし汁・みりん・砂糖・醤油で落とし蓋をして煮含めます。
- ⑤卵はだし巻き風に焼き、1cm程に長細く切りま
- ⑥のりは巻きすの手前一筋

空けてのせます。手酢(水と酢を半々にしたもの)で手を湿らせ、すし飯の1/4量を軽くまとめてからのりの上に置き、すし飯を押さえつけないように、手前1cm、向こう3~4cm程を残して広げます。

- ⑦親指を巻きすの手前裏にあて、残りの指で具を押さえながら、手前から向こう側のすし飯の端どうしを合わせて、一気に巻きます。
- ⑧巻き終わったら、巻き寿司を巻きすの一方に寄せて、固く絞った濡れ布巾で軽く押さえ、端をきれいにして形を整えます。

10135 (飯尾醸造)  
富士すし酢

360ml  
¥600 (本体価格)  
¥648 (税込価格)



21628 (ムソー)  
かんぴょう

40g  
¥450 (本体価格)  
¥486 (税込価格)



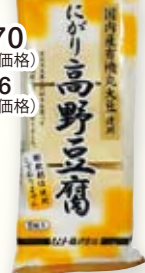
11643 (ムソー)  
大分産  
椎茸スライス

15g  
¥340 (本体価格)  
¥367 (税込価格)



21623 (ムソー)  
有機大豆使用  
にがり高野豆腐

6枚  
¥570 (本体価格)  
¥616 (税込価格)



22188 (ムソー)  
酸処理していない  
焼のり

板のり7枚  
¥580 (本体価格)  
¥626 (税込価格)



節分の売れ筋  
蒸し大豆

節分に大豆を食べたい方は多いものの、やはり煎り大豆は硬い…というお年寄りの方には、ふっくら柔らかく甘い「蒸し大豆」がぴったり。蒸し大豆の売れ時のピークは蒸し豆の日(6/4)、それに次ぐのが1月末から節分(2/3)なのです。

やわらかいから、  
家族みんなで  
食べられる！

歳の数だけ、  
おいしく食べよう



21712 (だいちデイズ)

有機  
蒸し大豆

100g  
¥250 (本体価格)  
¥270 (税込価格)

