

夏の行事食レシピ

なつやすみにおすすめ!

recipe さっぱりゴマ酢味噌そうめん

レシピはこちらからもご覧いただけます▶



お盆にそうめんを食べる意味

- 1 ご先祖様があの世に帰るときに使う手綱・荷物を縛るための紐としてお供えする。
- 2 そうめんのように幸せが細く長く続きますようにと願いが込められている。
- 3 そうめんを糸に見立て、針仕事や織物が上手くなるようにと願いが込められている。
- 4 平安時代にそうめんを食べると病気にかからないと信じられていたため、家族の健康を願う意味が込められている。

材料(1人前)

- A
- 赤味噌……………大さじ2 そうめん(乾)……………100g
 - 酢……………大さじ1 豚ばら肉……………1枚(30g)
 - みりん……………大さじ1と1/2 きゅうり……………1/4本
 - 砂糖……………大さじ1/2 なす……………1/5本
 - すりごま……………大さじ1/2 トマト……………1/6個

栄養成分表示(1人前あたり)
 エネルギー……………356kcal
 たんぱく質……………22.5g
 脂質……………19.7g
 炭水化物……………103.1g
 塩分相当量……………7.8g

作り方

- 1 Aを混ぜ合わせ、酢味噌だれを作る。
 - 2 トマトを半月切り、きゅうりとなすは細切りにする。
 - 3 なすを耐熱容器に入れ、ラップをふんわりとかけてからレンジで1分加熱する。
 - 4 鍋にお湯を沸騰させ、豚ばら肉を色が変わるまで1~2分程茹でる。
 - 5 そうめんを茹でて冷やし、しっかりと水を切っておく。
 - 6 そうめんを器に盛り、トマト・なす・きゅうり・豚ばら肉を上盛りに付けて酢味噌だれをかければ完成!
- ★混ぜてからお召し上がりください。

ちょっとひと手間

豚肉をさき身に変えたり、薬味として生姜やみょうがを加えてアレンジしてもおいしく仕上がります。



愛知に伝わる郷土料理

「酢味噌そうめん」は愛知の郷土料理でもあります。八丁味噌は愛知の岡崎市が発祥の地であり、醸造酢は愛知の半田市が発祥地です。また、その半田市の近くに位置する碧南市や安城市でそうめんが食べられていたことから、馴染みのある調味料同士を組み合わせ、そうめんにかけて食べていたため「酢味噌そうめん」として根付いていったと考えられています。



今月のPICKUP

《一般向け》

『ゼロからわかる知らないと損する行動経済学』
ポーポー・ポロダクシオン 著

『子宝船』
宮部みゆき 著

『猫舟と幽霊屋敷』
大山淳子 著

『子育てベストセラー100冊の「これスゴイ」を1冊にまとめた本』
江口祐子 著

『18歳成人になる前にお金の基本ルール』
消費者教育支援センター監修

《児童書・絵本》

『ほじりん工場のすまこちゃん』
安井寿磨子 作

『あそび室の日曜日』
村上しいこ 作

『たぶんみんなは知らないこと』
福田隆浩 著

『おとがあふれてオムライス』
夏目義一 作

『やっぱりざんねんないきもの事典』
今泉忠明 監修

8月の休館日

毎週火曜日と22日(月)

※新型コロナウイルス感染症の状況によって、変更する場合があります。

図書読み聞かせボランティア募集

現在、図書館で活動中の読み聞かせボランティアにてメンバーを募集しています。興味のある人は図書館窓口までお問い合わせください。

夏季延長開館のお知らせ

夏季(6月~8月)の金曜日は午後7時まで開館しております。

図書館行事

《おはなし会》

とき 8月20日、27日(土)
午後2時30分~3時

ところ 図書館内おはなしコーナー

内容 絵本などの読み聞かせ

《夏のお楽しみ会》

とき 8月6日(土)

ところ 午前10時30分~11時30分
町民会館2階大会議室

内容 読み聞かせ・映画会など

定員 20組(1組3名まで)

※予約制となります。詳しくは図書館窓口までお問い合わせ下さい。

図書館だより

新着図書

《一般向け》

- 『猫舟と幽霊屋敷』 大山淳子 著
- 『子宝船』 宮部みゆき 著
- 『ゼロからわかる知らないと損する行動経済学』 ポーポー・ポロダクシオン 著
- 『18歳成人になる前に学ぶ契約とお金の基本ルール』 消費者教育支援センター監修
- 『子育てベストセラー100冊の「これスゴイ」を1冊にまとめた本』 江口祐子 著

《児童書・絵本》

- 『たぶんみんなは知らないこと』 福田隆浩 著
- 『あそび室の日曜日』 村上しいこ 作
- 『ほじりん工場のすまこちゃん』 安井寿磨子 作
- 『やっぱりざんねんないきもの事典』 今泉忠明 監修
- 『おとがあふれてオムライス』 夏目義一 作

◎問い合わせ

町立図書館(町民会館内)
 ☎0561-382900