



竹鶏かわら版

4月号 (23号)



今年は暖冬なので、桜前線も例年よりも早く北上してきますよ。そして”花見”といえば桜。いろいろ種類があるが「染井吉野(そめいよしの)」がもっとも有名ですね。花は、うすピンク色で桜花爛漫(おうからんまん)の中、今年もお花見行きましょう！ るるん♪

☆桜の豆知識…桜の霊である「木之花咲耶姫(このはなさくやひめ)」が最初の桜のタネを富士山からまいたといわれ、「さくやひめ」の名前から「さくら」になったらしい。また、「木之花」は「此花」と書かれることもあるそうです。
此花咲耶姫 → ”この花(桜)のように美しい姫”。この名前は「古事記」に出てきます。

染井吉野神代囀
(じんだいあけぼの)

んまん効酸つ らいに見のるい旬分ド ん菜がも
かし作果菌に日のう入極でたうのをがまのの、の白
?た用がが漬本知のりめすめだも出多た5ピ野で菜
。やあた物の恵はまる。にけのしく、倍夕菜す。
旬免るくが食な節す目そ必でをて含春のミは。大
の疫のさあ文の約しをし要な食くま野ピン糖霜根
春性はんり化で術旬持てなくべれれ菜夕は質が。
野のご含まのすでのて、こ、るるてはミ糖を降ね
菜増存ます中。も時ばもと人とのい、ン質増りぎ
を強じれ。に。あ期、うで間いでま解もでやるな
漬効とて漬は、るにふひ、がうすす毒撰甘しとど
物果思い物、の旬だと誠自こ。作れくて野は
にがいまの健、でのんつに然とつ冬用るな防菜冬
しあます中康、す食で鮮理にはま場がのつこの場
てるす。にに。材も度にりたりにあでてう細は
たこが乳は良、こを良の叶んだ、蓄るす美と胞特
べと、酸植いれ入い高つく美四えア。味しがに
てが最菌物も昔す材ももてし折悪カ くすれい
みわ近が性のなるはのの生い々い口 ふ。まし
まか制整のせりガ腸乳一 がと手をなきとに成イ だ野すい

「旬のものは何故よいのか？」



染井吉野



山吹...
白石市の花



ちゅうりっぷ

”蔵王山麓「竹鶏物語卵」三昧” (佐々木シェフ・地域食材研究家)



しめじとアスパラのソテー
ポーチドエッグ添え

ポーチドエッグ トースト

パート①ポーチドエッグ
【材料】1人分

竹鶏物語卵 . . . 1個
酢 . . . 100cc
お湯 . . . 1リットル

◇作り方

- (1) 浅型の鍋に80℃位にお湯を温め酢を入れる。
- (2) 茶碗などに割った卵をやさしくお湯におとす。
- (3) 箸などで茶巾状に卵を包むように火をいれてゆく。
- (4) 卵白が固まったら、別に用意した水の入ったボウルに移す。
- (5) まわりを洗いペーパータオルで水分をきって出来上がり。