



# 竹鶏かわら版

2月号 (33号)

今年は4年に一度の閏年です。どうしてなのか調べてみたら、…地球が自転することにより1日が決まり、太陽の周りを公転することにより1年が決まります。1回の公転が365日ではなく、正確には365.2422日です。この小数部分を調整するのが閏年です。ということです。



### ● 福寿草

福寿草の花と南天の実とセットで「誰を転じて福となす」という縁物の餅付けがされることがある。名前も、めでたい「福寿(幸福と長寿)草」の意。



2月3日は節分の日。

### なぜ豆を蒔くの？

穀物や、果実には「邪気を払う霊力」があると考えられており、豆を蒔くことで豆の霊力により邪気を払い、福を呼び込むと考えたのでしょう。豆とは違いますが、イザナギが黄泉の国の亡者を追い払うのに桃を投げつけるなどの神話も、穀物や果実の霊力によって邪気を払うという点で同根の話でしょう。

## 《「食事」は「薄い」「いのち」をいただくものです。》

「禅宗」では食事の前に合掌しながら、五観文を唱えます。日頃から「いただきます」を心がけましょう。ところで皆様は、食事はいただいていますか？食べていますか？喰っていますか？喰うは欲望のままに食すること。食べるはただモノを食すること。いただくは薄い「いのち」に感謝して食すること。

★食事とは他の動植物のいのちをいただいていることにほかなりません。だから食事の前には手を合わせて「いただきます」と言うのです。そして、終わった後には「ごちそうさま」と。

## 「つや子ばあちゃんのふきのとうみそ」

(佐々木シェフ・地域食材研究家)

ちょびりほろ苦いけど、ご飯にのせて食べると最高ですよ！



【材料】4人分  
竹鶏物語…4個  
ふきのとう…10個くらい  
砂糖…大さじ4  
味噌…大さじ4  
サラダ油…大さじ2

### ◇作り方

1. ふきのとうを細かくきざむ。
2. フライパンにサラダ油をひき1を炒める。
3. 2に砂糖を入れまぜる。
4. 3に味噌をいれまぜる。
5. ボールにたまごを入れ混ぜる。
6. 4に5を入れ混ぜる。

### ●ふきのとう(蔕の葉)

菅束けを持たずに顔を出す春の使者。一番早くでてくる山菜です。独特の香りとほろ苦さが春の息味を感じさせます。「春の血には苦味を盛れ」と言います。冬の間にたまった脂肪を減し、味覚を刺激して気分を引き締めて一年の活動をスタートさせます。