



食事だよ



日本では、大晦日から元旦にかけておせち料理や雑煮を食べる風習があります。
世界各国にも正月の定番料理があり、縁起が良いものを用意しますが、料理やごちそうの度合い、
正月を祝う時期などが様々です。世界の正月料理を紹介します。

●魚生（ユーシェン） シンガポール

サーモンなどの生魚に大根・人参・レタスなどの野菜、ソースやオイルを混ぜる海鮮サラダです。
食べ方が正月らしく、色合いが華やかであるのが特徴です。
まず、食材を一品ずつ大皿にのせ、その都度縁起の良い言葉をかけます。（「幸運が訪れますように…」など）
そしてすべての食材をのせた後、テーブルを囲んでいる全員で立ち上がり、各自願い事を唱えながら
かき混ぜます。
保育園ではサーモンを焼き、千切りにした野菜と混ぜ合わせ、マリネのようにアレンジしました。

●ぶどう スペイン

マドリードにある大時計の12時の鐘に合わせて、ぶどうを12粒食べる習慣があります。
鐘の音に合わせて12粒すべて食べ切れたら願いが叶うとされているため、数分前には皮をむいたぶどうと
乾杯用シャンパンを準備し、鐘が鳴るのを心待ちにするそうです。
保育園の子どもたちは、ぶどうにどのような願いを込めるのでしょうか？



料理は異なりますが、今年に感謝し、来年の幸せを願うのはどこの国も同じです。
海外の楽しい食文化に触れながら、子どもたちには日本の伝統文化も伝えていければ良いと思います。

★簡単クッキング★

<イタリア風ソーセージソテー> 2人分 1月31日(木)の昼食に出ます♪

- ・ソーセージ（ウインナー） 6本
- ・ミックスビーンズ缶 1缶（140gくらい）
- ・コンソメ 小さじ2
- ・おろしにんにく 小さじ1
- ・油 適量



- ①フライパンに油をひいて、おろしにんにくを火にかける。
- ②香りがたったら、ソーセージを入れ、炒める。
- ③ミックスビーンズを加え、コンソメで味付けする。



※イタリアの新年に食べる縁起をかつぐメニューです。

味付けは、トマト味にしたり、カレー風味にしたりとアレンジすることもできます。

まめまめしく勤勉に過ごせる1年になりますように…