

熟塾旬を味わう講座 ・ 立春を前に節分料理に八尾若ごぼうを味わおう会

節分料理に、春を呼ぶ八尾若ごぼう料理を味わおう会

日時： 2017年2月3日(金・節分)午後7時～9時

会場： “旬菜・桜花” 電話：06-6201-0223
大阪市中央区高麗橋4-5-13 淀屋橋サテライトビル1F
地下鉄御堂筋線「淀屋橋駅」 番出口より 徒歩4分
地下鉄四ツ橋線「肥後橋駅」 番出口より 徒歩3分



会費： 8500円 (節分・若ごぼう料理+ワンドリング+厄除け饅頭+若ごぼうとのお土産付)
【先着申込：20名様】



八尾では、店頭で弓矢の矢のように組んだ若ごぼうの姿を目にすると、寒さの中にも春がすぐそこまでやってきたという小さな安らぎを感じる事ができる。そのほろ苦さは、寒風に吹かれながらも来たるべき春の陽ざしに胸ふくらませる青春の思いにも似た膨らんだ頌春の香りに満ちている。

立春を迎える前日は、旧暦の大みそかである“節分”の夜。

1月17日付けの朝日新聞・夕刊で「味な人」として紹介された「旬菜・桜花」店主で、「大阪食文化研究所」を主宰する森田龍彦さんから、大阪の節分の風習や料理、更に春を呼ぶ八尾若ごぼうや料理法について拝聴した後に、歳の数だけの福豆をつまみながら節分料理に、八尾若御坊料理を味わい、新しい年に悪い運を持ち込まないように邪気を祓い、福を呼び寄せましょう！

献立は、当日のお楽しみ！お土産に新鮮な八尾若ごぼうのお土産付！

豆まきの由来：節分には豆をまきますが、これは中国の習俗が伝わったものとされています。豆は「魔滅(まめ)」に通じ、無病息災を祈る意味があります。昔、京都の鞍馬に鬼が出たとき、毘沙門天のお告げによって大豆を鬼の目に投げつけたところ、鬼を退治できたという話が残り、「魔の目(魔目=まめ)」に豆を投げつけて「魔を滅する(魔滅=まめ)」に通じるということです。

自分の数え年の数だけ豆を食べると病気にならず健康でいられると言われていました。

ただ、豆まきに使う豆は炒った豆でなくてはなりません。なぜなら、生の豆を使うと拾い忘れた豆から芽が出てしまうと縁起が悪いからです。「炒る」は「射る」にも通じ、また、鬼や大豆は陰陽五行説(「木」「火」「土」「金」「水」の五行)の「金」にあたり、この「金」の作用を滅するといわれる「火」で大豆を炒ることで、鬼を封じ込めるといわれています。そして最後は、豆を人間が食べてしまうことにより、鬼を退治した、ということになるわけです。



八尾若ごぼう：八尾若ごぼうは、葉・軸・根の全てを食べることができる、とってお得な野菜！！収穫時期が、2月から3月であるため「春を告げる野菜」といわれています。シャキシャキとした独特の歯ざわりが心地よく、早春の香り豊かな注目野菜です。八尾若ごぼうは、食物繊維や鉄分、カルシウムが多く含まれている、栄養価の高い野菜です。

また近年、葉の部分に毛細血管を強化する働きや血栓を防いで、血流をスムーズにする働きを持ち、高血圧や動脈硬化などのリスクを軽減する機能性成分として期待されている「ルチン」が含まれていることが分かりました。これまで、ソバやダツタンソバ、アスパラガスにルチンが多く含まれることは知られていましたが、若ごぼうの葉に含まれるルチンの含有量は、なんと、ルチンの王様と呼ばれるダツタンソバに匹敵します。食物繊維は、サツマイモの約1.4倍、鉄分は、ほうれん草の約1.6倍。収穫した八尾若ごぼうを出荷するため、結束した状態です。その形が、矢のように見えることから「ヤーごんぼ」とも呼ばれています。

熟塾旬を味わう講座 節分料理に、春を呼ぶ八尾若ごぼう料理を味わおう会参加申込書

申込み締切：2月1日(水) 大阪から情報を発信する文化活動グループ 熟塾・FAX：06-6946-2815

お名前

ご住所

〒

TEL NO

E-mail

電話：090-8381-0150(不在の場合は、留守電にお名前・ご住所・お電話番号を録音願います)
熟塾ホームページ <http://www.jukujuku.gr.jp/> (BXI05250@nifty.com) からもお申し込みいただけます。
お申し込みいただくと、会場の場所等を明記した参加証を郵送いたしますので会費は当日ご精算ください。
着席でのお食事をご用意しています。食材の手配の為2月1日(水)以降のキャンセルについては、会費8500円を請求させていただきますので、ご了承ください。