

今月の食材



筍 (竹の子)



竹の子はイネ科に属する植物で、まだ地中から完全に姿を出していない若い竹の幹の部分のことをいいます。歴史的には、「古事記」にも登場しており、日本では古くから食べられていたと考えられます

現在、一般的に食べられているのは孟宗竹（もうそうちく）という種類で、江戸時代に中国より日本へ伝わってきたということです。竹の子の語源は、もちろん「竹」の子どもですが、漢字の「筍」の語源は？「筍」という字は竹冠に旬と書きます。旬とは1ヶ月を三つに分けて上旬、中旬、下旬と呼ぶので分かる通り、十日間の期間のことです。竹の子は土から顔を出して10日もすれば竹になってしまうので、この漢字になったということです

竹の子は色々な料理に使われますが、シンプルに焼いて食べてもよし、ご飯と一緒に炊いて竹の子ごはんにするもよし、春の味覚として我々の舌を楽しませてくれます

筍の肉巻 (2人前)

- 1) 筍 (80g) は太めのせん切り、ねぎ (1/4本) もせん切り、生しいたけ (2枚) は軸を切って薄切りにする
- 2) 豚肉 (150g) を広げ、塩、こしょう (少々) をし、(1) を等分に分けて巻く
- 3) フライパンに油を熱し、(2) の巻き終わりを下にして入れ、中火で転がしながら焼き、蓋をして弱火にして3分くらい蒸し焼きにする
- 4) しょうゆ (大さじ2) みりん (小さじ1) を加え、火を強めて調味料を絡めるようにして出来上がり

ニュース



第9回めっちゃイナベーション盛況にて終わりました！

3月5日(日)快晴の空の下、イベントを開催しました。注目の鍋対決はさくらポークのミンチを使った豚鍋といなべの里山の恵みを使った猪鍋の対決でしたが、お客さんの投票の結果、豚鍋478票、猪鍋587票で普段味わうことが出来ない猪鍋が勝利しました。その他、マルシェやぼすくまとの写真、特設ステージでは子供たちのダンスや音楽ライブがあり会場は大いに盛り上がりました。そして豪華賞品が当たるお楽しみ抽選会では、最後にはこんま亭のシュー太郎一年分を員弁町の佐藤さん親子にプレゼントしました



ポイント2倍デー

毎週月曜 お米の日

毎週金曜 ジェラートの日

毎月12日 豆腐の日

毎月29日 お肉の日



ふれあいの駅うりぼう

三重県いなべ市員弁町大泉 2517 番地
 営業時間 午前8時30分～午後5時
 定休日 毎週火曜日
 TEL 0594-74-5826
 e-mail uribou@m4.cty-net.ne.jp
 URL <http://www.net-uribou.jp>