

院内つみ草料理の会だより

宇佐市院内町大門(旧門前茶家)で「一日食堂」と「体験イベント」を開催します。

○「一日食堂」(予約は不要です。)

日時 7月10日(日)午前11時30分～午後3時


内容 つみ草コロッケ定食、つみ草かき揚げ丼、団子汁定食、各500円

○「つみ草体験イベント」(予約制になりますので、参加を希望される方は下記事務局までご連絡ください。)

日時 7月24日(日)午前11時～午後1時


内容 講話(光蓮寺住職 佐藤修水氏)と食事会「精霊ご膳」 参加費1,000円

2016-7月




ごちそう葉っぱ

ベニバナ




「紅をマサシ」…薬指でそっと唇に紅をのせるあの仕草。
 口紅、頬紅や染料として古くから珍重されてきたが、もともと咲いている花色は、オレンジのような黄色です。つぼみの先端から細い花弁をのぞかせ、咲き進み、受粉するにつれ、紅く変化してゆきます。ベニバナに含まれる色素はほとんどが黄。紅の色素は0.1～0.3%と大変少なく、生産に手間と時間もかかるため、大変高価です。江戸時代には「紅一匁 金一匁」ベにいらもんめ まんにちもんめ、といわれるほど。
 お化粧の流行も今と変わらぬ注目の的だったようですが、紅を濃く塗る贅沢ができたのは、ごく一部の裕福な方をのぞくと伝えられます。
 そして紅色は身体を温め血をきれいにし、魔除けの意味もあることから、鮮やかな染布を帯び祝い・七五三・成人式・結婚・還暦などに使用し、一生ととも深いつながりがあるのも、そのためなのでしょう。
 植物の生命をこうしてまとう風習も、大切に受け継いでゆきたいものでしょう。

「花言葉」…情熱・装い・化粧・包容力・寛大・雅量に富む・特別な人「採取時期」6～7月頃の早朝
 外側の開いた花弁から順に摘んでゆくことから「スツムイケ未摘花」とも呼ばれ、生薬やお茶として。



トウキ

「女性を美しくさせる」と言われる「当帰」
 「当に(おト)帰る」という意味で、病弱な女性が服用すると元気になり、前よりも美しくなると自分から離れていた夫が戻ってきた、…産後の肥立ちが悪い女性が実家から夫の元へ帰ってくることであった…などのエピソードも。
 根を乾燥させた生薬は、体を温め、婦人のホルモン分泌を調整する作用があり、冷え症・血行不良・頭痛・便秘・月経不順、子宮の発育不全などに賞用されます。
 葉は浴場に、果実はホストリブ-につけてトウキ酒に。
 「収穫時期」根は、植えた2～3年後の秋。
 葉は6月頃の柔らかい時期と10～11月頃のしかりとした時期。



セロリに似たような独特の香りと苦味は、料理のアクセントに使用されるほか、素材の味を引き出す力もあり、お魚・お肉の臭みを和らげたり、スープや濃厚なソースとも相性よく、あらゆる料理に使われ、味わいの深い仕上がりになります。
 薬膳料理で有名な「サムゲタン」も、鶏肉一羽の中へ様々な素材を詰め込み、鍋でじっくり煮込んだスープ。
 夏バテ時の疲労回復料理としても、名高く、エネルギーがみなぎるようにホカホカして頂けますよ。
 トウキの優れた実が果を溶け込んでいるのです。

stylist - Sayako Abe / supervisor - Tadanori Yano

発行：院内つみ草料理の会
 (事務局) 院内支所市民サービス課

TEL：0978-42-5111
 (内線：137 担当：吉田・綱中)
 FAX：0978-42-5115