

# ふもとのたより

<http://aisenofumoto.kouheikai-fukusi.com/>  
ケアハウス大山のふもと

発行日 2023年 12月10日



## あそびりテーション 大売出し!!芋の詰め放題



2人1組でさつまいもを袋に詰めてもらいます。30秒で沢山詰められたチームの勝ちです。皆様真剣な表情で必死に袋に詰めておられます。「あと一個!」「もっともっと!」と応援の声にも力が入り、とても楽しまれていました。男性の方も上手に沢山詰めておられ、15個を詰めて1位となり「スーパー主婦」の称号を獲得されました!最後に秋と言えば?と皆様に聞くと「焼きいもー!」と大きな声で返され、その後の喫茶では「食べたいねえ」とお話をされていました。

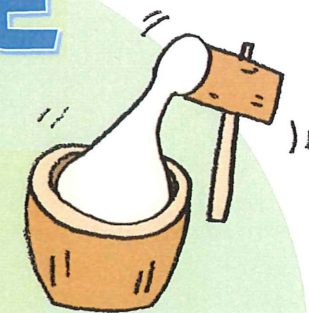


気温が下がると「熱いのが美味しい!」と声上がるほどあったかいコーヒーが人気です!

## 行事予定

12月22日(金)

もちつき



12月26日(火)

三門松づくり



## 今月の郷土料理

福岡県「にぐい」

鶏肉の入らない精進料理がはじまりといわれ、仏事に必ずつくり、結婚式などの祝い事の時にもつくる。里芋、こんにゃく、人参、しいたけ、油揚げ、花麩、れんこんなどの中から奇数の材料を選び、それぞれ三、四分角くらいに切る。醤油と塩に砂糖は隠し味程度にし、具だくさんのおつゆ(お吸い物)のような味付けでだし汁で煮る。「にぐい」は通常のに物よりも具材を小さく一口サイズに切り、汁たっぷりにつくられる。その味は、心がほどけるようなほっとする味。一度目は汁物としていただき、時間が経って汁気がなくなってきた煮物状態を「二度目」と数え、「二度食う」ことから「にぐい」と言われてきた。

筑豊地方では「だぶ」とも呼ばれており、仕上げにくず粉や片栗粉でとろみをつける。



# ひさしぶりのクッキング

## さつまいも餅



1. さつまいもは厚めに皮をむいて1cmの厚さの輪切りにして水にさらす。
2. ゆでる。熱いうちにマッシャーで粗くつぶして、砂糖と片栗粉も加えてよく混ぜ、パサつくようなら水少々を混ぜ、5等分にして丸め、軽くつぶす。
3. フライパンに油をひき、(2)を並べ入れ、ふたをして弱火で焼きを付ける。薄く焼き色がついたら返し、再び蓋をして3~4分焼いて取り出す。
4. 醤油みりん砂糖を片栗粉でとろみをつけたタレを作りからめれば完成。

力を込めてマッシャーでつぶす作業に「ああ疲れた！」と話しておられましたが、あたたかいさつまいものお菓子が完成すると「こりゃあ美味しい！」とパクパク食べておられました。

