

「2月3日は“節分”」

節分とは、季節の分かれ目のことを差します。昔は立春・立夏・立秋・立冬の前日を全て節分と呼んでいましたが、現在では立春の前日のみが節分と呼ばれています。節分には、邪気を払い、無病息災を願って様々なことが行われています。豆まきは、病気や災害を引き起こす鬼を退治するために大豆をまき始めたのが始まりとされ、地域によっては歳の数だけ豆を食べる習慣があります。豆を食べることで、エネルギーを補充して健康に生活できるようにという願いが込められています。恵方巻きは、吉をもたらすとされる方角（恵方）を向きながら黙って太い巻き寿司を1本丸ごと食べる風習です。一気に丸ごと食べるのは、幸運を逃さないようにする為と言われています。現在では全国的に知られていますが、江戸時代から明治時代にかけて大阪で始まったと考えられている風習です。



「甘味がギュッとつまった ~白菜~」 旬：11月~2月

豊橋市は昔から白菜の一大産地です。主に南部地区を中心に栽培され、秋から冬にかけての主力品目として栽培面積も広く安定供給されています。JA豊橋から出荷されている白菜は大玉でボリュームがありますが、葉はぎゅっと締まって巻いているのが特徴です。三河地域特有の乾いた北風が吹くことで甘味がのり、寒さとともに美味しくなっています。豊橋産の白菜は11月から2月にかけて関西圏を中心に出荷され、トップクラスの評価を誇っています。豊橋市での白菜栽培の歴史は長く、大正時代に磯部地区で栽培を始めたのが始まりと言われています。最近では、手のひらサイズの“ミニ白菜”の需要が高まってきています。世帯ごとの人数が少なくなっていることもあり、冷蔵庫に入れやすく、残さずに食べることができるサイズ感が需要につながっています。一般的な白菜をひとまわり小さくしたサイズで味や食感に大きな違いはありません。

〈良いものを選び方〉

- ・手に持ったときにずっしりと重いもの
- ・葉先まで固く巻きがしっかりしているもの
- ・底面の切り口が白い
- ・カットされている際は断面が平らなもの



「大葉の生チョコレート」 2月14日はバレンタインデー。 今年はひと味変わったチョコレートを作ってみませんか？

Brown version

- 〈材料〉約35個分
- ・ミルクチョコレート 110g ※細かく刻んでおく (ビターチョコレートでもOK)
 - ・生クリーム 20ml
 - ・大葉 15~20枚 ※細かく刻んでおく
 - ・ココアパウダー 適量

〈作り方〉

- 1.鍋に生クリームと大葉を入れ、弱火で温め沸騰したら火を止める
- 2.火を止めてからチョコレートを加え混ぜ合わせる (溶けきらないときは湯煎にかけます)
- 3.クッキングシートを敷いたバットに流し込み、平らになるようにならしてから冷蔵庫で冷やし固める
- 4.包丁(少し温めておくと切りやすいです)で2cm角ほどの大きさに切り分けココアパウダーを茶こしでまぶす

☆ワンポイント☆

- ・大葉はすり鉢などで、できる限り細かくしておくと仕上がりがなめらかになります。
- ・White version は、かなり柔らかめの仕上がりになる為、しっかりと冷やし固めてください。

White version

- 〈材料〉約35個分
- ・ホワイトチョコレート 110g ※細かく刻んでおく
 - ・生クリーム 20ml
 - ・有塩バター(無塩バターでもOK) 5g
 - ・大葉 15~20枚 ※細かく刻んでおく
 - ・塩 少々
 - ・ブラックペッパー(粗挽き) 少々
 - ・粉糖 適量

〈作り方〉

- 1.鍋に生クリームと大葉を入れ、弱火で温め沸騰したら火を止める
- 2.火を止めてからチョコレートを加え混ぜ合わせる (溶けきらないときは湯煎にかけます)
- 3.チョコレートが溶けたら、バターを少しずつ加え混ぜ合わせる (バターは電子レンジなどで温めて溶かしておく)
- 4.塩とブラックペッパーも混ぜ合わせる
- 5.クッキングシートを敷いたバットに流し込み、平らになるようにならしてから冷蔵庫で冷やし固める
- 6.包丁(少し温めておくと切りやすいです)で2cm角ほどの大きさに切り分け粉糖を茶こしでまぶす

