



秋を彩る山萩の花

「秋の花 尾花葛花 なでしこが花 をみなへし また藤袴 朝顔が花」山上憶良(万葉集 巻八) まだまだ暑いのですが、秋の気配が日毎に増してきています。野山には、秋の草花が咲いています。

秋の七草を見つけることは出来ますか？

萩(はぎ) / 尾花(すずき) / 葛(くず) / 撫子(なでしこ) / 女郎花(おみなえし) / 藤袴(ふじばかま) / 朝貌(ききょう) 以上

朝貌は、「あさがお」「むくげ」ともいわれています。「ふじばかま」は、ほとんど野山では見ることが出来なくなりました。

18日(日曜日)は、中秋の名月でした。曇っていましたが、時折眺めることが出来ました。がんばって、お月さまを デジカメで撮りました。

「中秋」と「仲秋」どちらが正しい？ 中秋が旧暦8月15日を指すのに対して、仲秋は秋の真ん中の月、つまり旧暦8月のことを指します。中秋の名月と書くのが正しいようです。 蛇足

もうひとつおまけ！ 月見のお供え物に 秋の果物・野菜とともに秋の七草と月見団子をお供えします。8月(旧暦)は芋名月といわれるように、団子ではなく里芋を供えていました。

人事にふれることなく、花や月を 愛でるのはいいですね



生産者 野菜 無-無農薬 / 減-減農薬
のうみ ピーマン 無 / 芋の茎 無 / なす 無 /
" ゴーヤ 無 / モロヘイヤ 無 /
しげずみ 小松菜 無 / 水菜 無 /

以下から6品目



今週の野菜と料理

小松菜 その2 アブラナ科

コマツナは、ツケナの一種の野菜です。一般にツケナとは、アブラナ科アブラナ属の野菜のうち、漬け物やお浸し、煮物に供される非結球葉菜の総称と定義されています。ツケナの野生種は、中央アジアから北欧に分布し、中国であ



る程度の品種分化が進んだものが、朝鮮経由で我が国に渡来したものとされています。コマツナの祖先は、葉や根の形状等から、古代に日本に渡来し、日本各地に定着した在来カブの「くたち(茎立ち)」とされています。しかし、他のツケナ類との交雑が容易で、早晚性、抽台性、葉形など特性や形質が極めて多様化しているのも特徴です。 以上、調べてみました。

小松菜については、本年1月3週にも紹介しています。もともとは、東京(江戸)の江戸川で作られていた野菜です。江戸っ子は、正月の雑煮に小松菜が入っていないと気分が悪いとも言われ、東京の雑煮の主役は小松菜であるとも言われています。福岡で作り始められたのは最近ですが、北九州市の契約野菜にもなっているように、すでに「おなじみの野菜」になっています。クセがなく、漬け物から煮物、最近では若葉をサラダやジュースにと幅広く利用されています。

「小松菜のからし和え」は、前回の小松菜の記事で紹介しましたが、煮浸しなど、サッと茹でて食べるのが、一番美味しいようです。ところで、「煮浸し」の作り方が苦手な方が、意外と多いようです。文字通り、「煮」て「浸す」だけです。決して、漬け汁で煮込んではいけません。漬け汁とアゲを茹で、粗熱をとっておきます。大きめの鍋にお湯を沸かし、小松菜を丸のまま、サッと茹でます。冷水に浸け、水をよくきって、3cm程度に切り、漬け汁に浸けます。なじめば、出来上がり！ 以上簡単そうですが、問題は「漬け汁」。白だしを使うなど方法はありますが、ダシにこだわった！？我が家の秘伝「漬け汁」を紹介します。

秘伝！何にでも使える「漬け汁」

用意する物 鍋、いりこ、干しいたけ、水
作り方 鍋に、多めのいりこ、干しいたけとたっぷりの水を入れ、沸騰させ(20分程度)、うすくち醤油で好みの味(少し)濃いめにするのがコツ)に仕立てて、出来上がり。冷蔵庫で1週間保存できます。

お知らせ 下の畑にいます

里と山の会

古代米作り、これからのスケジュール
草取り作業はなし。
(ジャンボタニシが頑張っています)

10月中旬 黒米、緑米の稲刈り
下旬 " 脱穀作業
11月中旬 赤米の稲刈り
下旬 " 脱穀作業

初摺りと収穫祭
今後の台風で稲が倒れたときには、緊急で「稲起こし作業」があります。



尾花(スズキ)



見事な竹の灯笼

原鶴温泉の観月会で見つけました