

カブ式新聞

～料理の心～

ある料理人の方が、こんなお話をされていました。

「料理は、人にしあわせ感をもたらします・心がなごみます・心がやすらぎます。
寒いとき温かい料理・暑いときヒンヤリした料理、うれしいですね。
料理した人の気持ちが伝わってきます。」

次の集会は、「料理隊集会」。
作るメニューは「とん汁」と「炊き込みご飯」です。
「自分は料理が苦手」とか「あんまりやったことないよ」と感じているスカウトもいるかもしれないけれど、料理をした人の気持ちは食べる人に伝わるんですね。下手でも大丈夫！今度の料理隊集会では、食べる人がしあわせな気持ちになるような心のこもった料理を作ってみようね！

☆「炊き込みご飯」の歴史

炊き込みご飯というと、お米の中にたくさんの「具」を入れて炊くご飯ですね。
にんじん、とり肉、しいたけ、ごぼう、枝豆、さつまいも・・・いろんな具が楽しめて、夏でも冬でもおいしく食べられますね。
いろいろな具を入れますが、やっぱりお米が主役！具が脇役ってところかな？

でも、「炊き込みご飯」は、お米が十分に食べられなかった頃にお米を節約するために 麦や粟(あわ)、野草、芋などの具をたくさん入れて、少ないお米を多く感じられるように混ぜて炊きこんだのが始まりなんだって。奈良時代のはじめには、もうすでに「炊き込みご飯」のようなものがあったそうです。室町時代には、「変わり飯」とよばれる「米に麦、粟、粟、豆、野菜などを入れて炊いたもの」が登場しました。江戸時代になって、えんどう飯、ねぎ飯、たけのこ飯、だいこん飯、とり飯、かき飯などの季節感を楽しむ料理に発展して、それが今の「炊き込みご飯」の始まりのようです。「炊き込みご飯」にも長～い歴史があるんだね。

それじゃ、「とん汁」はどうやって始まったのかな？

・・・いろいろ探してみたけれど、よくわかりませんでした！ ごめんなさい。



みんなは、炊き込みご飯の「具」
何にしたのかな～？
食べるのがとっても楽しみ！！

カブ隊活動報告

☆大・大・大・大 スケート大会～開幕！

日時： 2月12日(日) 9:00～17:00

場所： 江戸川区スポーツランド

内容： 今年2006年はオリンピックイヤー。フィギアスケートでは荒川静香さん、見事金メダルを獲得しましたね。カブのみんなもスケートの特訓(笑)に行ってきました。初めてスケートにチャレンジするスカウトもいて、手すりから離れられなかったり、リーダーの手をしっかりとぎっているスカウトもいましたが、終わり頃にはみんなかっこよくすべっていましたよ。ミニハイクはちょっと風が強くて大変だったけれど、たくさん運動をした一日でした。



☆隊集会 ～Myスキルアップ！ Ourスキルアップ！～

日時： 2月26日(日) 9:00～12:00

場所： 新井薬師公園&平和の森公園

内容： この日は雨・雨・雨・・・とにかく寒かったです。でも、カブスカウトは元気いっぱい。かっぱやポンチョを着てがんばりました。平和の森公園に移動して、ロープ結びの練習。ちょっとロープ結びはむずかしかったかな？家でも練習してみてね。ロープ結びの練習のあとは、寒さを吹き飛ばそうと「どろけい」をやりました。みんななかなか陣地を離れなかったけれど・・・これも作戦かな？



これからの活動予定

○3月26日(日) 料理隊集会 ～炎の料理人 誕生！～

場所： (集合)平和の森公園 集合： 9:00 解散： 16:00

持ち物： ①雨具 ②タオル ③ひっき用具 ④ハンカチ ⑤ちり紙
⑥ エプロン ⑦三角巾 ⑧米1合 ⑨タッパー ⑩スカウト用品

* 沼袋地域センターの調理室でやりますよ！



○4月9日(日) ハイキング ～武蔵五日市まで行きます！～

場所： 中野駅北口 集合： 9:00 解散： 17:00

持ち物： ①雨具 ②タオル ③ひっき用具 ④ハンカチ ⑤ちり紙
⑥スカウト用品 ⑦弁当 ⑧水とう ⑨レジャーシート ⑩参加費700円



昨年は
高尾山に
登りました！