

# 7月 行事 七夕

おりひめ（こと座のベガ）は縫製の仕事を、ひこぼし（わし座のアルタイル）は農業の仕事をつかさどる星とされています。この2つの星は1年に1度、7月7日に天の川を挟んで最も光り輝いているように見えることから、願い事を書いた短冊や飾りを笹の葉につるし、星にお祈りをするようになりました。



2017年  
七夕行事食

## 当社取扱商品のご紹介

SNF 星形コロッケ



SNF 北海道星形ポテト



## 行事食レシピ 七夕汁

【七夕行事食】糸かまぼことハムを天の川に、オクラと人参の星をちりばめたお吸い物です。暑い季節でもあっさり食べられます。



献立栄養価（1人分）

エネルギー(kcal)	54	亜鉛(mg)	0.2
たんぱく質(g)	5.7	ビタミンA(μgRE)	41
脂質(g)	1.6	ビタミンB1(mg)	0.10
ナトリウム(mg)	615	ビタミンB2(mg)	0.05
カルシウム(mg)	17	ビタミンC(mg)	6
鉄(mg)	2.1	食物繊維(g)	0.6
マグネシウム(mg)	18	食塩相当量(g)	1.6

### 材料（1人分）

- ・ スクール糸かまぼこ（ほぐし）（25g）
- ・ ハム（10g）
- ・ オクラ（10g）
- ・ 人参（5g）
- ・ だし汁（180g）
- ・ しょうゆ（3g）
- ・ 塩（0.2g）

（※オレンジ色の材料は弊社取扱商品です。）

### つくり方

《下準備》

- スクール糸かまぼこを解凍する。
- ① オクラは輪切り、ハムは細切り、人参は千切りまたは抜型があれば星形にする。
  - ② 鍋にだし汁、人参、オクラ、糸かまぼこを加えて火を通す。
  - ③ ハム、調味料を加えて椀に盛る。

商品・レシピはSN食品研究所HPをご覧ください

SN食品

検索

