

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 星形コロック



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

| | | | |
|-------------|-----|-------------|------|
| 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へ

SN食品

検索

