



**岡田生花店**  
 ベルポート汐入店  
 営業時間 AM10～PM7時  
 水曜定休  
 TEL・FAX 3802-8716

今年もまたジメジメとした嫌な季節になってきました。季節の変わり目には体調を崩される方が多くなり、ですので十分にお気をつけ下さい。6月に入って気温も高めになり花持ちが悪くなってきたかと思えます。冬のように多くのお花を飾るのは無理があると思いますが、枝物や夏の暑さに強い花を1輪さしに飾るのもいいと思います。1輪さしがなくても小さめのグラスなどでも代用できます。夏の間は陶器よりもガラスの方が透明感、清涼感があっていっそう涼しさを感じられるかと思えます。花の組み合わせとしてはドウダンツツジ、ソケイにトルコキキョウ、アンスリウムユリ、ランなどの組み合わせがあります。いろいろな組み合わせができるので気分や色などを変えてみるのもいいかもしれません。

さて5月の第2日曜日は母の日でしたが6月の第3日曜日が父の日だというのはご存知ですか？父の日はアメリカ・ワシントン州に住んでいた  
 ”ジョン・ブルース・ドット夫人”  
 という人が提唱したと言われています。ドット夫人のお父さんが南北戦争に行ってしまった後、女手1つで6人の兄弟を育ててくれたお母さんが過労でこの世を去りました。その後、男手一つで6人の子供を育て成人してから他界しました。戦後の大変な時代を懸命に働いた父親の姿を見て育った末っ子のドット夫人が”

母の日があつて父の日が無いのはおかしい。父の日も作ってください”と牧師協会へ嘆願したのが始まりです。そして1972年6月の第3日曜日を父の日として国民の祝日に制定されました。これが父の日のはじまりです。  
 男性がお花をもらう機会はありません。この機会に父の日にお花を贈ってみてはどうでしょうか？男性もお花をもらうと意外とうれしいそうですよ。  
 6月の定休日は6、13、20、27日です。



皆さんお元気でしたか？いよいよ雨の多い時期になりましたね。そしてお富士さんの植木市！今月の23・24日の事、植木市が来ると夏だなあと感じる方は粹な下町っ子！「日本の夏」いいですね！

そんな初夏を感じさせる今が旬の食材といえば「そら豆」4月～6月が時期なのです。サヤがそらに向かつて直立して実がなっているので「空豆」。また、さやの中が蚕のまゆのように、ふわふわしているからとか、豆の形が蚕のまゆに似ているので、『蚕豆』とも書かれます。  
 そら豆は、タンパク質・糖質・カロテン・ビタミンB1・B2・ビタミンC・ミネラルなどを含み、とくにビタミンB群が豊富に含まれています。ビタミンB1は糖質を分解して乳酸などの疲労物質を体のため込まないよう働く成分なので、ビタミンB群を豊富に含んでいるそら豆は疲労感を和らげてくれます。  
 選び方は豆類は、新鮮なものほどお

いしく、特にそら豆は、「おいしいのは3日間」といわれるほど、その鮮度においしさが左右されるといえます。サヤから出すと、すぐかたくなってしまうので、なるべくサヤ付きを購入するのがおすすめ！サヤの色が美しく、背筋の部分が変色していないもの、シワがなく、外見でマメの形がきれいにそろっているものが良いでしょう。  
 そら豆と小エビのかき揚げ  
 材料 むきえび・そら豆各200g  
 揚げ油・小麦粉適宜 卵 冷水 作り方

- ① えびは背わたを取る。そら豆は切り目を入れてから色よくゆで皮をむいておく。
- ② 小麦粉、冷水、卵で衣を作り、冷蔵庫に置いておく。
- ③ 揚げ油は中温に熱する。小さなボウルにえびとそら豆を適宜入れ、小麦粉小さじ1くらいをまぶし、②の衣を大きじ1、5～2ほどいれて混ぜ揚げる。同様に残りのかき揚げもつくって器に盛る。

三徳汐入店  
 営業時間 AM10時～PM11時  
 住所： べるぽーと汐入東館  
 電話 (3803) 3313