

佳作

京都女子中学校 2年

雀部 珠子 様

【自分自身の食に関する目標（食のみらい宣言）】



お盆の時期で家で作られている精進料理について調べて、これから自分から率先して守り、継承していく。

◎精進料理について分かったこと

・「殺生しない」という意味で肉や魚は使わない。

→我が家ではご先祖さまへの感謝の気持ちをこめて旬の野菜、「夏野菜」を使う。



・親碗 → ご飯、ツボ椀 → 煮物、あん物
 ・汁椀 → お吸物の、平椀 → 煮込み物
 ・腰高 → 漬物



↓
仏膳

目標達成に向けた実践活動についてのコメント

まずは、今まで精進料理を作ってきた祖母や母に精進料理とはどうような料理でどのような具材で作っているかなどを教わり、話を聞く、そして教わった作り方で自分で作ってみて、お供えする。