

栄養科 たより

2月14日は **HAPPY VALENTINE'S DAY!**

～バレンタインデーの起源は～

当時のローマ皇帝クラウディウス2世は、強兵策の一つとして兵士たちの結婚を禁止していました。これに反対したバレンタイン司祭は、皇帝の命に反し多くの兵士たちを結婚させました。

そのため皇帝の怒りをかい、司祭は殺されてしまいました。

この殉教の日が西暦270年の2月14日で、

バレンタイン司祭は聖バレンタインとして敬われるようになり、

この日をローマカトリック教会では祭日とされているそうです。

はじめのころ、聖バレンタインデーは司祭の死を悼む宗教的行事でした。

14世紀頃からは2月が春の訪れとともに愛の告白にふさわしい季節であることから、この日がプロポーズの贈り物をする日になったともいわれています。

～バレンタインデーにはなぜチョコを渡すの?～

女性が男性にチョコレートを贈るのは、日本独自の習慣です。欧米では、恋人や友達、家族などがお互いにカードや花束、お菓子などを贈ります。

では、チョコレートはどこから出てきたかという点、1958年に東京都内のデパートで開かれたバレンタインセールで、チョコレート業者が行ったキャンペーンが始まりで、今ではチョコレートといえばバレンタインデーの象徴のようになりました。

～簡単! チョコレートレシピ～

★マシュマロチョコ★

<材料(約15~20個分)>

板チョコレート: 3枚(150g)

マシュマロ: 適量

アラザン: 適量

カラーチョコスプレー: 適量



- ①チョコレートは細かく刻みボウルに入れ、約50~55℃のお湯で湯せんにかけて溶かしておく
- ②マシュマロの先の部分を溶かしたチョコレートにつけて、コーティングする。
- ③チョコレートが固まる前にアラザンやカラーチョコスプレーなどでデコレーションする。
- ④オープンシートの上に乗せ、冷蔵庫でチョコレートが固まるまで置く。