

## Cùng vào bếp! Cùng ăn những thức ăn đúng mùa!

## 食べよう！ 作ろう！ 旬の味

### — Hai món cơm mùa xuân —

### — 春のご飯2種 —

Tháng tư là tháng bắt đầu niên khóa tại hầu hết các trường và doanh nghiệp ở Nhật Bản. Nhưng thực ra trên thế giới hầu như chỉ có Nhật Bản là bắt đầu niên khóa vào tháng tư thôi. Vì thế gần đây có nhiều cuộc tranh luận đã nổ ra là để hội nhập, Nhật Bản có nên thay đổi niên khóa tại các trường đại học vào tháng 9 như nhiều nước đang làm hay không. Nếu thay đổi như thế, những hình ảnh quen thuộc tại Nhật Bản từ trước đến nay như hình lễ nhập học được chụp dưới gốc cây anh đào nở rộ, hay tiệc đón mừng nhân viên mới trong các buổi Hanami sẽ như thế nào?

日本の殆どの学校や会社では、4月から新しい年が始まります。しかし4月から新年度が始まる国は実は世界中で日本だけだそうで、最近では大学などを中心に、他国で多く採用されている9月始まりにし、グローバル化しようという議論も起きています。さて、そうなると日本では見慣れた光景の、満開の桜の下での入学式の記念写真や新入社員歓迎の花見はどうなってしまうのでしょうか？

Và dù tháng tư có là tháng đầu niên khóa hay không thì mùa xuân vẫn là mùa làm lòng người rộn rã. Hôm nay chúng tôi xin giới thiệu hai món cơm là “Takenoko gohan” (cơm măng) và “Mame gohan” (cơm đậu green peas), cả hai đều là món cơm nấu chung với các nguyên liệu vào mùa xuân, rất hợp để làm cơm hộp hay cơm nắm. Trời xuân ấm áp, còn gì vui hơn được ăn uống với bạn bè mới. Các bạn cùng thưởng thức mùa xuân với hai món cơm này nhé.

ともあれ、新年度であろうとなかろうと春というのはなんとなく心がワクワクする季節です。今回ご紹介する「たけのご飯」と「豆ご飯（グリーンピースご飯）」は、どちらも春ならではの食材を使った炊込みご飯で、お弁当やおにぎりにもピッタリ。暖かくなった戸外で新しい仲間と食べるのも楽しいのではないのでしょうか。皆さんも春を満喫してください。

#### Cơm măng

##### [Nguyên liệu cho 3 phần ăn]

Gạo ... 3 cup Măng tươi (măng luộc cũng được) ... 1 búp Muối... ½ thìa nhỏ Nước tương ... 2 thìa lớn Rượu... 3 thìa lớn Mirin... 1 thìa lớn Bột nêm Nhật ... tùy thích

##### [Cách làm]

1. Nếu là măng tươi còn vỏ, cho mũi dao vào rạch một đường dọc trên măng, xong cho vào nồi nước sôi có ít cám, luộc khoảng 1 tiếng cho măng mềm, vớt ra lột vỏ.
2. Gạo vo xong để trong 30 phút.
3. Cắt mỏng vừa ăn búp măng 1 hay măng luộc.
4. Cho gạo và măng vào nồi, sau khi cho các gia vị vào, cho nước đã hòa tan bột nêm vào, bật điện nấu như bình thường.

#### Cơm đậu

##### [Nguyên liệu cho 3 phần ăn]

Gạo... 3 cup Đậu Endo-mame (không vỏ)... 150g Muối... 2 thìa nhỏ Rượu... 1 thìa lớn

##### [Cách làm]

1. Gạo vo xong để trong 30 phút.
2. Đậu Endo-mame rửa sạch, để ra rổ.
3. Cho vào nồi gạo, nước với lượng bình thường, sau đó cho đậu endo-mame, muối và rượu vào, bật điện nấu bình thường.

#### たけのご飯

##### [材料 (3合分)]

米…3合 たけのこ (水煮されたものでも可) …1本 塩…小さじ1/2 醤油…大さじ2 酒…大さじ3 みりん…大さじ1 和風だし汁…適量

##### [作り方]

1. たけのこは皮付きの場合は皮に切れ目を入れ、沸騰させぬかを入れた鍋で1時間程茹でて柔らかくし、皮を剥いておく。
2. 米は研いで30分ほど置いておく。
3. 1または水煮たけのこを食べ易い大きさに薄切りにする。
4. 炊飯器に米とたけのこ、調味料を入れた後、和風だし汁を加えて規定の水量にする。普通に炊けばできあがり。

#### 豆ご飯

##### [材料 (3合分)]

米…3合 えんどう豆 (さや無し) …150g 塩…小さじ2 酒…大さじ1

##### [作り方]

1. 米は研いで30分ほど置いておく。
2. えんどう豆は洗ってざるに上げておく。
3. 炊飯器に米と規定量の水を入れ、そこにえんどう豆と塩、酒を入れ、普通に炊けばできあがり。