

給食だより 12月

年末が近づいてきました。みなさんの家庭では、正月に食べるおせちの準備はしますか？おせちは郷土料理の一つでもあります。一年を通して行事食と言われるものがありますが、今回は郷土料理と日本の食文化について考えてみましょう。

郷土料理には意味がある

郷土料理とは、その土地の産物を活用して風土にあった調理によって作られた料理のことです。例えば山の地域だったら野菜類、海の地域だったら魚介類を使った食材が想像できるかと思えます。また、季節や気候といった環境によって、食材の保存やその土地に住む人の状況によって考えられた料理もあります。

みなさんの住んでいる地域や帰省先の田舎には、どんな地形や気候の特徴がありますか？それに合う料理がきっとあります。自分の地域では、よくあると思われる食材も他の地域では珍しかったりするので「これは郷土料理だったの？」というのも出てきそうですね。



おせちも雑煮も身近な郷土料理

郷土料理には先人たちの知恵や工夫、想いが詰まっています。お祭りなどの習わしで口にするがありますが、身近な郷土料理と言えば、正月に食べるおせちではないでしょうか。代々残りますように、元気に過ごせるように、といった願いが込められている料理がそろっています。

おせちをすべて一から準備して調理できれば素晴らしいですが、近年では、すでにできているものを購入することも可能になってきました。

中学生のみなさんなら、まずは、雑煮を作ってみてはいかがでしょうか。雑煮も立派な郷土料理です。雑煮に入れるもちの形が地域によって四角や丸型と異なります。味もしょうゆ味だったり、みそ味だったり、具になる食材も土地によってバラエティーに富んでいます。

自分が育った地域の自慢料理が作れると一目置かれそうですね。



ご当地メニューにも注目してみよう

郷土料理と聞くと難しく聞こえそうですが、ご当地メニューもその土地ならではの食材や料理をアレンジしてできたものが多いです。自分の住んでいる地域にどんな特産品があるのか、どういう理由でその特産品が収穫されるのか調べるのも面白そうです。歴史が潜んでいるなんて発見にも出会いそうです。

参考：農林水産省HP「日本各地の郷土料理」https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo_navi/cuisine/、
「雑煮」https://www.maff.go.jp/j/pr/aff/2001/spe2_03.html (2022.9.16日アクセス)

全国さまざまな雑煮文化

雑煮の種類はよく知られているものだけでも、100種類を超えるほど多様だそうです。作り方や具材の違いなど細かな特徴にまで着目すると、さらに種類は増えます。地域や家庭ごとにそれぞれの雑煮があるともいえます。大きな特徴をまとめてみると…

使うもち	角もち		丸もち	
もちをどうする	焼いて入れる		煮る	
汁の種類	すまし汁	白みそ汁	赤みそ汁	あずき汁
盛り付け	具たくさん		もちを中心にすっきり	

これだけでも、 $2 \times 2 \times 4 \times 2 = 2^5$ (5ビット) = 32通りものパターンがあります。さらに1つひとつの具やだしの違いも入れると、もっとたくさんの種類になることがわかります。

● 全国の雑煮から

宮古くるみ雑煮 (岩手県)



具たくさん。もちは、甘いくるみだれにつけて食べる。

白みそ雑煮 (京都府)



白みそ仕立て。材料はすべて丸い形にして入れる。

あずき雑煮 (鳥取県)

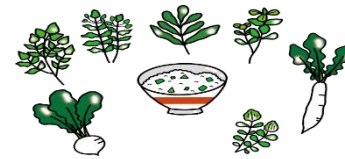


山陰地方に多い雑煮。縁起の良い小豆の汁。

まだまだあるよ！ 1月の食文化

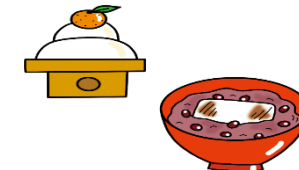
1月は「睦月」ともいいます。「みんなで仲睦まじくする月」ということからこう名付けられました。お正月が終わっても、1年の幸せを願ったさまざまな行事食が食べられます。

七草がゆ



せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すすな(かぶ)、すすしろ(大根)の春の七草を刻んだおかゆを食べて、おせち料理で疲れた胃を休め、1年の健康を祈ります。

鏡開きのおしるこ



お正月のもちを下げ、切るのではなく、木づちなどで割ってお汁粉や雑煮にします。ただし、「割る」という言い方は避け、末広がりで縁起のよい言葉である「開く」を使います。

小正月の小豆がゆ



1月15日は昔の暦では、必ず満月になりました。その年の作物の出来を占う行事や、門松などを焼くどんど焼きなどが行われます。この日に小豆がゆを食べる地域もあります。