

お正月の行事食



ぞうに お雑煮



材料(4人分)

丸もち: 8 個
金時人参: 1/3 本
大根: 100g
三つ葉: 1 束
かまぼこ: 8 切
だし汁: 4 カップ
白みそ: 70g
ゆずの皮: 少々

作り方

1. 大根、金時人参は皮をむき、3mm程度の輪切りにする。
2. 鍋にだし汁を入れ、1 の大根と金時人参を入れて、軟らかくなるまで煮る。
3. 2 の鍋に白みそを溶き入れる。
4. 三つ葉はさっとゆでて、3 本くらい束ねて結んでおく。ゆずの皮を千切りにしておく。
5. 丸もちとは別鍋のお湯で軟らかくなるまで茹でる。3 の鍋にお餅を入れ、ひと煮立ちさせる。
6. 器に彩りよく盛り付け、かまぼこ、4 の三つ葉、ゆずの皮をのせる。



家庭によって味や入れる食材が大きく異なります。関西では丸もちを使い、大根や金時人参も丸い輪切りにします。丸い形は縁起が良く、「その年を丸く納める」「円満」という意味が込められています。金時人参は魔除けの意味があります。

正月に年神様をお迎えするために、前年に収穫した米から作ったおもちをお供えし、そのお下がりとしてお雑煮を食べるようになったとされています。

昔の人はお雑煮を食べる際に、旧年の農作物の収穫が無事であったことに感謝し、新年の豊作や家内安全を祈ったとされています。

お雑煮に入れるおもちの種類は、西日本は丸もちを茹でるのが主流ですが、東日本では角もちを焼くのが主流です。汁についても、関西地方では白みそ仕立てが多いですが、それ以外の地方ではすまし仕立てが多いです。それぞれの家庭の味を大切にいきましょう！



おせち料理



昔は節句の際に食べる料理を「おせち」と呼んでいましたが、江戸時代ごろにこの行事が庶民に広まり、新年を迎えるお正月にふるまわれる料理を「おせち料理」と呼ぶようになりました。

おせち料理に入っている料理には1つずつ意味があり願いが込められています。皆さんはご存知ですか？



数の子



ニシンの卵でニシンのことを「カド」というので、「カドの子」がなまって数の子になったと言われています。数の子にはとてもたくさんの卵があるので、これからも子どもがたくさん生まれて代々栄えますように、という意味があります。

田作り



カタクチイワシの子どもを干したものです。昔はイネを植える時に田んぼにコイワシを刻んだものを肥料としていました。今年もいいお米がとれますように、という願いをこめて「田作り」という名前ではかれるようになりました。

昆布巻き



昆布巻きの「こぶ」が「よろこぶ」と同じ音の言葉なので、おめでたいとされています。

だてまき



昔は本のような読み物は巻き物になっていたため、文化の発展を表しているといわれています。

きんとん



「金団」と書き、金の集まったもの、財宝という意味です。今年もゆたかな生活が送れますようにとの願いがこもっています。

えび



加熱するとえびの背が丸くなることから、腰が曲がるまで健康で長生きできますように、という願いがこもっています。

黒豆



豆はまめめめしいという意味です。家族みんなが今年も1年まめで元気に過ごせますように、働けますようにという願いがこもっています。

なます



色の白い大根は、清らかな生活を願って食べます。また、大地に根をはるので、家の土台がしっかりして、栄えるともいわれています。

お煮しめ



材料(4 人分)

里芋: 8 個
 たけのこ水煮: 1/2 個
 高野豆腐: 2 枚
 干しいたけ: 4 枚
 ごぼう: 1/2 本
 こんにゃく: 1/2 枚
 きぬさや: 6 枚
 にんじん: 1/3 本
 れんこん: 200g

だし汁としいたけの戻し汁
 : 合わせて 2 カップ
 みりん: 大さじ 2
 砂糖: 大さじ 1
 しょうゆ: 大さじ 3
 酒: 大さじ 1
 塩: 少々



煮しめの由来は、煮汁が無くなるまで時間をかけてじっくりと煮るという調理法の「煮しめる」からきています。おせち料理の元祖^{がんそ}と言われており、お正月はもちろん、祝い事や節句^{せっき}など、人がたくさん集まるときにふるまわれてきた縁起の良い料理です。

作り方

1. 干しいたけは水に一晩漬けて戻しておく。高野豆腐はぬるま湯につけて戻し、三角に切る。
2. ごぼうは洗って皮をこそげ取り、斜めに切って酢水に浸けておく。れんこんは皮をむき輪切りにして酢水に浸けておく。
3. こんにゃくは塩でもみ洗いし、真ん中に切り目を入れて手綱^{たづな}の形にする。
4. にんじんは輪切りにして花形に切る。
5. 里芋は皮をむき、塩でもんでぬめりをとる。
6. たけのこは穂先をくし形切りに、下の部分は扇形に切る。
7. きぬさやは筋をとり、さっとゆでしておく。
8. 大き目の鍋に干しいたけの戻し汁とだし汁、調味料を入れる。
1～6 の具材を入れて煮込む。ひと煮立ちしたら落とし蓋をして弱火で 20～30 分ほど煮込む。
9. 具材に火が通ったら鍋のまま冷ます。
10. お重に盛りつけ、7 のきぬさやを飾る。



里芋: 子宝・子孫繁栄^{しそんはんえい}を願います。

ごぼう: 根^{はんえい}を張り、一家の繁栄を願います。

れんこん: 先を見通せるよう願います。

しいたけ: 長寿を願います。

にんじん: おめでたい梅に見立て、
 生活の豊かさを願います。

たけのこ: 子どもの成長や将来の出世を願います。

こんにゃく: 良縁・円満を願います。

※ 真ん中をねじった手綱^{たづな}こんにゃくは、手綱を締めるように心を引き締めると
 いう意味があります。



ぶりの照り焼き



材料(4人分)

ぶり: 4切れ
塩: 少々
油: 少々
酒: 大さじ 1
みりん: 大さじ 1
濃口しょうゆ: 大さじ 1

ぶりは成長に応じて異なる名前で呼ばれるため、「出世魚^{しゅっせうお}」と呼ばれています。出世と出生を運んでくれる縁起の良い魚とされ、おめでたい席や門出を祝う席などで人気です。おせち料理では照り焼きが一般的ですが、塩焼き^{ゆうあんや}や幽庵焼きなど、地域や家庭によって様々です。

作り方

- 1.ぶりは塩をふり、10 分程度おいておく。
- 2.たれの材料は全て混ぜておく。
- 3.ぶりの水気をキッチンペーパーでふき、油をしいたフライパンで両面を焼く。
- 4.余分な油をふき取り、たれの材料をフライパンに入れてぶりを入れて煮詰める。



関東では、
「モジャコ」→「ワカシ」→「イナダ」→「ワラサ」→「ブリ」
関西では、
「ツバス」→「ハマチ」→「メジロ」→「ブリ」
と名前を変えていきます。ツバスのときは 20cm 程度ですが、ブリになるころには 1m前後にまで成長します。

