

ご存じですか？ 年末年始の行事食

日本には四季折々の行事があり、それにまつわる行事食があります。特に、新しい1年の始まりである正月は、その年の豊作や幸福をもたらす「歳神様」を各家庭に迎える行事として、昔からとても大切にされてきました。行事食は地域や家庭によってもさまざまですが、代表的なものをご紹介します。

冬至 (12/22 ごろ) ……………

かぼちゃ料理・小豆料理
かぼちゃや小豆を食べて邪気を払う。ゆず湯に入って身を清める風習もある。

正月 (1/1~) ……………

おせち料理
新年への願いを込めた、縁起の良い食べ物が使われる。

- 黒豆…健康
- きんとん ……金運
- 伊達巻 ……学業成就
- エビ…長寿

- 田作り ……豊作
- れんこん ……将来の見通し
- 里いも ……子宝
- 数の子 ……子宝

人日の節句 (1/7) ……………

七草がゆ
7種類の若菜を入れたおかゆを食べ、1年の無病息災を願う。

小正月 (1/15) ……………

小豆がゆ
邪気を払うとされる小豆入りのおかゆを食べ、無病息災を願う。「かゆ占い」を行う所もある。

大晦日 (12/31) ……………

年越しそば
そばのように細く長く生きられるようにと、長寿を願って食べられる (諸説あり)



関東風雑煮

関西風雑煮

あんもち雑煮

小豆雑煮

お屠蘇

酒やみりんに漢方薬の「屠蘇散」を浸したものを。長寿を願い、若い人から順に飲む。

鏡開き (1/11) ……………

お汁粉
歳神様へ供えてあった鏡もちを小さく割り、お汁粉やお雑煮などに入れて食べ、1年の幸せを願う。

二十日正月 (1/20) ……………

歳神様がお帰りになる日。残ったもちや正月料理を食べ尽くして正月を締めくく。魚の骨やあらを使った料理を食べる所もあり、「骨正月」ともいう。

つれるかな？ 冬に美味しいお魚クイズ

海の中に、冬に美味しい5種類の魚が泳いでいます。つり人は、それぞれどんな魚をつりたいのかな？ ヒントを読んで、つり糸の先と海の中の魚を線でつないで、つってみよう。

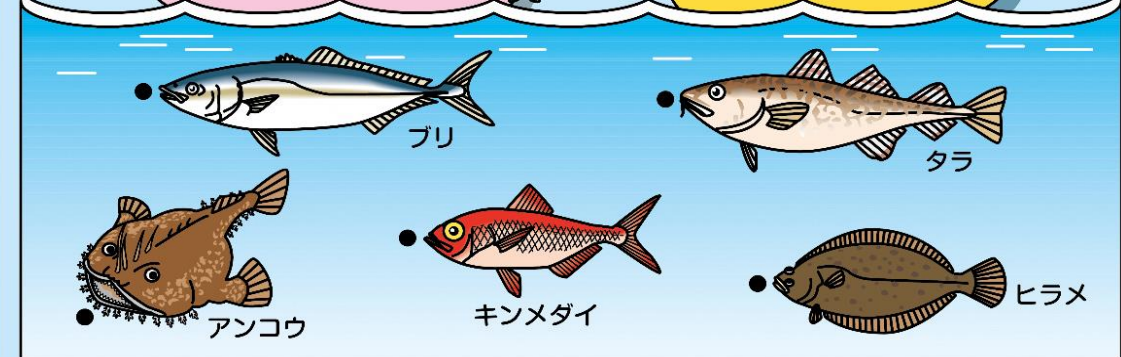
Q1
からだの色を変えて敵から身を守ることができ、お刺身やムニエルなどいろいろな料理で食べられるし、ひれを動かすための筋肉。「えんがわ」は、コリコリしておいしいよ。

Q2
深くて暗い海の中でも獲物を見つけられる大きな目があるよ。高級な魚で、煮物にとってもおいしいよ。

Q3
魚鱗に雪で「鱈」と書く魚で、冷たい海にすんでいるよ。何の料理にも合うよ。白身魚で、冬は鍋料理にしてもおいしいよ。

Q4
深い海で獲物を待ち伏せして、大きな口で丸のみにするよ。茨城県の郷土料理として鍋料理が有名で、いろいろな部位をおいしく食べられるよ。

Q5
成長するにつれて名前が変わる「出世魚」で、お正月に食べる地域もあるよ。英語では「Yellowtail」というんだって。



こたえ Q1-ヒラメ Q2-キンメダイ Q3-タラ Q4-アンコウ Q5-ブリ