

12月 食育だより

令和4年度 12月号
豊明中学校

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。今回は郷土料理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ぎょかいを使った食材が想像できるかと思います。また、季節や気候といった環境かんきょうによって、食材の保存やその土地に住む人の状況じょうきょう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は、どんな地形や気候の特徴とくちょうがありますか？それに合う料理がきっとありますよ。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めづら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。

私たちが住む愛知県は、温暖な気候、澄んだ空気、良質な水に恵まれ、豆みそやたまりじょうゆ、みりん、酢などの醸造業じょうぞうぎょうが盛んです。そのため、「煮みそ」や「みそ煮込みうどん」などの豆みそを使った郷土料理が多くあります。また、「かしわのひきずり」もたまりじょうゆやみりんをたっぷり使った郷土料理ですね。



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ちえや工夫、想いが詰まっています。お祭りなどの習わしで口にすることがありますが、身近な郷土料理と言え、正月に食べるおせちではないでしょうか。代々栄えますように、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こうにゅうすることも可能になってきました。でも、できれば数品でも作れるといいですよ。

中学生のみなさんなら、まずは、雑煮ぞうじを作ってみてはどうでしょう。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。不思議ですよ。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じまんが作れると一目置かれそうですね。



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	あずきじる小豆汁
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、 $2 \times 2 \times 4 \times 2 = 32$ 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ね。

みなさんのお家の雑煮は、どれに当てはまりますか？

愛知県では、しょうゆ風味のすまし汁に、焼かない角もち、もち菜を入れて食べるのが一般的です。最後に、花がつおを乗せることもあります。とり肉を入れる地域もあります。



<愛知県の雑煮>

● 全国の雑煮から

みやこ 宮古くろみ雑煮 (岩手県)



具たくさん。もちも、甘いくろ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 小豆雑煮 (鳥取県)



山陰地方に多い雑煮。縁起の良い小豆の汁。

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、近年では「ご当地メニュー」なんて言葉もよく耳にするようになりました。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ね。歴史が潜んでいるなんて発見にも出会いそう。

郷土料理について考えてみると奥が深くなりそうです。いつか、あなたの考えたメニューがご当地メニューになる、なんてこともあるかもしれませんよ。食文化を楽しく大切に伝えていきたいですね。

