

こどもに伝えたい **お正月** の料理

おせち料理ってどんな料理？

昔は3月3日、5月5日のような節句の料理を「おせち」とよんでいましたが、いまはごちそうの多い正月料理のことを「おせち」といいます。毎日家事にいそがしいお母さんたちが、『せめてお正月の3日間ぐらいは料理をしなくてもいいように』とお祝いの意味もある、保存のきくお料理を作りました。

おせち料理は、住んでいるところや家庭によって、作る料理、お重へのつめ方、お重の数もちがいます。みなさんのおうちにはどんなお料理がならびますか？



田作り（たづくり）

材料のごまめは、カタクチイワシの子どもをほしたものです。昔はイネを植える時に田んぼにコイワシを細かくきざみ、灰にまぜて肥料にしました。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よばれるようになりました。



黒豆（くろまめ）

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



きんとん

きんとんは「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。



だてまき

だてまきはもともと長崎県でカステラかまぼこと言っていました。江戸に伝わり、江戸っ子の気だてを表す伊達の意味と、巻物の巻きがあわさって『だてまき』と言うようになりました。昔は本のような読み物は巻き物になっていましたから、文化の発展を表しているといわれています。



数の子（かすのこ）

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いわれています。数の子にはとてもたくさんの卵があるので、数多い子、つまりわが家がこれから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。



おうちのお雑煮を調べてみよう！

お雑煮は、地域や家庭の食文化によって、だしの味付けやもちの形、具材など、さまざまです。日本の食文化の奥深さを知るお雑煮、みんなも、おうちのお雑煮を調べてみてね。

お煮しめ

大切りにした野菜などを鍋に入れていっしょに煮しめていくお煮しめは、家族がなかよくいっしょに結ばれるという意味があります。

ゴボウ：根の野菜なので一家の土台がしっかりするようにとの願いがこめられています。

レンコン：昔から仏教では仏様のいる極楽の池にあるといわれ、清らかでけがれない植物とされています。根にあながあいているので、見通しがよいという意味もあります。

サトイモ：親イモになると根もとから子イモが出て育つので、子どもがたくさん生まれるように願うお祝いごとに使われます。



おせち料理をつくってみよう

レベル★

田作り(たづくり)



材料(8人分)

作り方

- かたくちいわし(ごまめ)・・・40g
- A { しょうゆ・・・大さじ2
- 砂糖・・・大さじ2
- みりん・・・小さじ2
- 酒・・・小さじ1
- 白ごま・・・小さじ2

- ① あたためたフライパンにごまめを入れてから炒りし、ポキッと折れるくらいになったら、皿に取り出す。
- ② Aをフライパンで熱し、煮立ったら①のごまめを入れからめる。
- ③ 最後に白ごまをふる。

レベル★★

たたきごぼう



材料(8人分)

作り方

- ごぼう・・・240g
- 白ごま・・・20g
- A { 酢・・・大さじ4
- 砂糖・・・大さじ1・1/2
- うす口しょうゆ・・・大さじ1・1/2

- ① ごぼうはたわしでこすって洗い、15cmほどの長さに切り、太いものはさらに縦に切って、酢水につける。
- ② 白ごまはフライパンで炒って、すり鉢でする。(すりごまを使ってもよい。)そこに、Aを加えてまぜる。
- ③ ①を熱湯でかためにゆでる。
- ④ ③をまな板に並べて、熱いうちにすりこぎで軽くたたき、5cmの長さに切りそろえる。
- ⑤ ④を②に加えて和える。

レベル★★★

だて巻



材料(卵焼き器1枚:4人分)

作り方

- たまご・・・3個
- はんぺん・・・75g
- A { 砂糖・・・大さじ1/2
- みりん・・・大さじ1/2
- だし汁・・・大さじ1
- 油・・・少量

- ① はんぺんとたまご1個をミキサーにかける。よく混ぜれば一度止めて、Aの調味料と残りのたまご2個を加え、なめらかになるまでミキサーにかける。
- ② 卵焼き器を弱火にかけ、油をうすくひき、①を流しいれ、ふたをして弱火でゆっくりと焼く。焼き色がついたら、ひっくり返して、裏面も焼く。(時々ぬらしたふきんに底をあて、焦がさないように焼く。)
- ③ 焼けたら、まきすの上に取り出し、横に2本ほど浅く切り込みを入れてから巻き、輪ゴムなどでとめ冷ます。

切り込みを入れる

