



新年の健康や幸せを願う

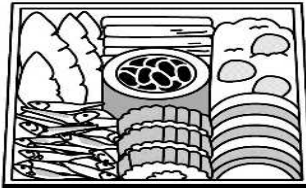
お正月の行事食



新しい年の始まりとなるお正月は、日本人が昔から大切にしてきた年中行事です。その年の豊作をもたらす「歳神様」(年神様・歳徳神・正月様ともいう)をお迎えするため、大掃除をして家を清め、門松やしめ飾りを飾り、鏡もちを供えます。そして、1年の健康や幸せを願い、家族が集まっておせち料理やお雑煮といった正月料理を食べます。正月料理の内容は地域や家庭によってさまざまですが、縁起の良い食材が使われるのが特徴です。

おせち料理の種類と込められた願い

一の重



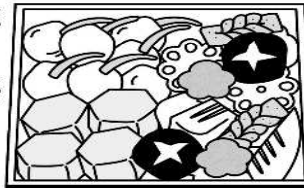
いわ ざかな ちと 祝い肴・口取りなど

二の重



や もの ず もの 焼き物・炸の物など

三の重



にもの 煮物など



黒豆

まめ (まじめ) に働き、まめ (健康) に暮らせるように。



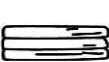
数の子

卵 (子) の数が多いことから、子だからめでたいたいざからに恵まれ代々栄えるように。



田作り (ごまめ)

小魚を田んぼの肥料にしたことから、豊作を願って。



たたきごぼう

ごぼうの根は地中深く張ることから、かそく かぎょう とち ね は ゆ 家族・家業が土地に根を張り揺らがないように。



伊達巻き

まきもの しょもつ みた ちしき 巻物 (書物) に見立て、知識や教養が身につくように。



紅白かまぼこ

あか ま 赤は魔よけ、めでたさ、しろ せいじょう 白は清浄、しんせい いる あらわ 神聖な色を表す。



きんとん

おうごん み た きんらん めく 黄金に見立て、金運に恵まれるように。



昆布巻き

「よるこぶ」の語呂合わせで縁起を担いだもの。



エビ

こし ま 腰が曲がっている様子から、こし 腰が曲がるまで長生きできるように。



焼き魚

ブリやサケ、タイなどを用い、縁起を担ぐ。



紅白なます

お祝い みずひき あらわ えんぎ かつ お祝いの水引を表し、縁起を担いだもの。



れんこん

あな む み 穴から向こうが見えることから、しょう 将 来の見通しがきくように。



里いも

おや 親いもに子いもがたくさんつくことか こだから めく とりにく こまつな から、家宝に恵まれるように。



くわい

おお め の 大きな芽を伸ばすことから、め 芽が 出るように。

地域色豊かなお雑煮

お雑煮は本来、元日の朝に初めてくむ「若水」を使い、歳神様へのお供えやもちを煮たもので、神様の力をいただくという意味が込められていました。地域によって大きな特色がありますが、もちについては、中部地方から東は角もち、西は丸もちを使う所が多く、香川県ではあん入りの丸もちを入れた「あんもち雑煮」が食べられています。



東京都 カツオだしにしよ うゆで味つけした汁で、焼いた角もち、鶏肉、小松菜、かまぼこなどが入る。



京都府 昆布だしに白みそで味つけした汁で、煮た丸もち、里いもなどが入る。

年末年始のちょっぴり贅沢ご飯に・・・ レシピ～カニ缶で作るカニご飯～

・材量 (4人分)

・調味料

- 米...2合
- 酒...大1
- 酒...大1
- 薄口醤油...大1
- カニ缶...1缶 (150g)
- 顆粒だし...小1
- トッピングにお好みで三つ葉、ゆずの皮など
- 塩...小1/2

- ・手順 カニ缶は汁と身に分けて、身はほぐし調味料の酒を振る。
- 炊飯器に洗米した米、調味料、のカニ汁を入れ水分を目盛りまでいれ軽く混ぜ合わせる。
- カニ身をのせたら炊飯する。(炊き込みご飯設定)
- 炊きあがったらトッピングして完成◎