

2020年12月1日発行
平成20年1月29日 第三種郵便物認可
ISSN1881-5057

別冊 うかたま

年取りと 正月の料理

伝え継ぐ
日本の家庭料理



はじめに

日本は四方を海に囲まれ、南北に長く、気候風土が地域によって大きく異なります。このため各地でとれる食材が異なり、その土地の歴史や生活の習慣などともかわりあって、地域独特の食文化が形成されています。地域の味は、親から子、人から人へと伝えられていくものですが、食の外部化が進んだ現在ではその伝承が難しくなっています。このシリーズは、日本人の食生活がその地域ごとにはっきりした特色があつたとされる、およそ昭和35年から45年までの間に各地域に定着していた家庭料理を、日本全国での聞き書き調査により掘り起こして紹介しています。

本書では、新しい年を迎える節目に準備される料理を集めました。かつては日没を一日の変わり目とする考え方があり、大晦日の夕食に年取りのごちそうを用意する地域もあります。新潟では大晦日には早めに入浴をすませて新しい服に着替え、玄関の鍵をかけ、家族だけで年取り料理を厳かに味わい（p88）、大分では年取りには家族や親戚一同が集まり、刺身や焼き物、煮物、鍋などの料理をたっぷり用意して食事をしました（p102）。

元日の朝を迎えると、地域ごと家ごとにさまざまな雑煮を祝い（食べ）ました。具の少ないシンプルな雑煮では、もちが神聖なものに見えてきます。具たくさんな雑煮からは山海の幸をそろえた喜びが伝わってきます。なれずしやあらめ巻き、落花生の煮豆など、正月料理もところ変わればじつに多彩です。一つひとつの食材に健康長寿や豊年満作のいわれがある伝統的な正月料理には、この一年も誰もが無事で過ごせるようにと願う気持ちを、時代を越え場所を越えて伝える力があるようです。

聞き書き調査は日本調理科学会の会員が47都道府県の各地域で行ない、地元の方々にご協力いただきながら、できるだけ家庭でつくりやすいレシピとしました。実際につくってみることで、読者の皆さん自身の味になり、そこで新たな工夫や思い出が生まれれば幸いです。

2020年11月

目次

凡例……………4

〈雑煮・もち〉

くるみ雑煮(岩手県)……………6

雑煮(宮城県)……………8

油揚げと凍み豆腐の雑煮(宮城県)……………10

塩引きもち(茨城県)……………11

はば雑煮(千葉県)……………12

雑煮(神奈川県)……………13

雑煮(東京都)……………14

雑煮(関東・関西)(富山県)……………16

雑煮(福井県)……………18

ぶり雑煮(長野県)……………19

丸大根の雑煮(三重県)……………20

白味噌雑煮(京都府)……………21

雑煮(北部)(京都府)……………22

雑煮(大阪府)……………24

はまぐり雑煮(兵庫県)……………26

雑煮(和歌山県)……………27

雑煮(奈良県)……………28

雑煮(島根県)……………30

小豆雑煮(鳥取県)……………32

ぶり雑煮(岡山県)……………33

ぶりと大根の雑煮(広島県)……………34

かぶ入り雑煮(山口県)……………35

雑煮(徳島県)……………36

あんもち雑煮(香川県)……………38

潮江菜入りの雑煮(高知県)……………39

博多雑煮(福岡県)……………40

有田雑煮(佐賀県)……………42

具雑煮(長崎県)……………43

雑煮(熊本県)……………44

いもんこんすい(宮崎県)……………45

焼きえびの雑煮(鹿児島県)……………46

「コラム」

丸もちか角もちか? 境界線付近の雑煮いろいろ……………47

雑煮文化圏マップ……………48

〈いずし・なれずし〉

鮭のいずし(北海道)……………50

かぶらずし(石川県)……………52

鮎なれずし(岐阜県)……………54

ふなずし(滋賀県)……………56

〈昆布巻き・煮豆〉

にしんの昆布巻き(北海道)……………59

わかさぎの昆布巻き(茨城県)……………60

昆布巻き(群馬県)……………61



はえのあらめ巻き (愛知県) …… 62
 はぜのあらめ巻き (三重県) …… 64

昆布巻き (岡山県) …… 65

じやり豆 (和歌山県) …… 66

じやじや豆 (和歌山県) …… 67

れんぶ (徳島県) …… 68

黒豆の煮豆 (兵庫県) …… 70

〈なます・漬物〉

ゆず巻き (埼玉県) …… 72

ぶりなます (石川県) …… 73

落花生なます (静岡県) …… 74

古老柿なます (京都府) …… 75

柿なます (奈良県) …… 76

酢にんじん (宮城県) …… 77

緋のかぶら漬 (愛媛県) …… 78

「コラム」年取りと正月の魚いろいろ …… 80

〈煮物・煮しめ〉

煮しめ (岩手県) …… 82

ひょう干しの煮物 (山形県) …… 84

おひら (福島県) …… 85

八つ頭の煮物 (栃木県) …… 86

のっぺい (新潟県) …… 87

正月煮もん (新潟県) …… 88

えびいもと棒だらの炊いたん (京都府) …… 90

煮しめ (兵庫県) …… 91

春羹 (鹿児島県) …… 92

〈魚・汁・寄せ物など〉

あんこうのとも和え (秋田県) …… 95

紅葉漬 (岩手県) …… 96

なめたがれの煮つけ (宮城県) …… 98

紅さしの南蛮漬 (長崎県) …… 99

豆腐焼き (和歌山県) …… 100

辛子れんこん (熊本県) …… 101

くじやく (大分県) …… 102

茶碗蒸し (青森県) …… 103

矢羽のようかん (茨城県) …… 104

水ようかん (栃木県) …… 105

つぼ (北海道) …… 106

けんちん汁 (山梨県) …… 107

中身汁 (沖縄県) …… 108

年越しの料理 (岐阜県) …… 110

正月の膳 (兵庫県) …… 112

正月料理 (宮城県) …… 114

「伝え継ぐ日本の家庭料理」読み方案内 …… 116
 調理科学の目1 伝統的な正月料理その多様性と実態 …… 120
 調理科学の目2 歳神様を迎える正月行事と料理 …… 122
 都道府県別 掲載レシピ一覧 …… 123
 素材別索引 …… 124
 その他の協力者一覧／著作委員一覧 …… 126
 出版にあたって …… 128

●1つが掲載した料理1項目を表します。

北海道
 鮭のいずし…p50
 にしんの昆布巻き…p59
 つば…p106

青森県
 茶碗蒸し…p103

岩手県
 くるみ雑煮…p6
 煮しめ…p82
 紅葉漬け…p96

宮城県
 雑煮…p8
 油揚げと凍み豆腐の雑煮…p10
 なめたがれの煮つけ…p98

秋田県
 あんこうのとも和え…p95

山形県
 ひょう干しの煮物…p84

福島県
 おひら…p85

茨城県
 塩引きもち…p11
 わかさぎの昆布巻き…p60
 矢羽のようかん…p104

栃木県
 八つ頭の煮物…p86
 水ようかん…p105

群馬県
 昆布巻き…p61

埼玉県
 ゆず巻き…p72

千葉県
 はば雑煮…p12

東京都
 雑煮…p14

神奈川県
 雑煮…p13

新潟県
 のっぺい…p87
 正月煮もん…p88

富山県
 雑煮(県東・県西)…p16

石川県
 かぶらずし…p52
 ぶりなます…p73

福井県
 雑煮…p18

山梨県
 けんちん汁…p107

長野県
 ぶり雑煮…p19

岐阜県
 鮎なれずし…p54
 年越しの料理…p110

静岡県
 落花生なます…p74

愛知県
 はえのあらめ巻き…p62

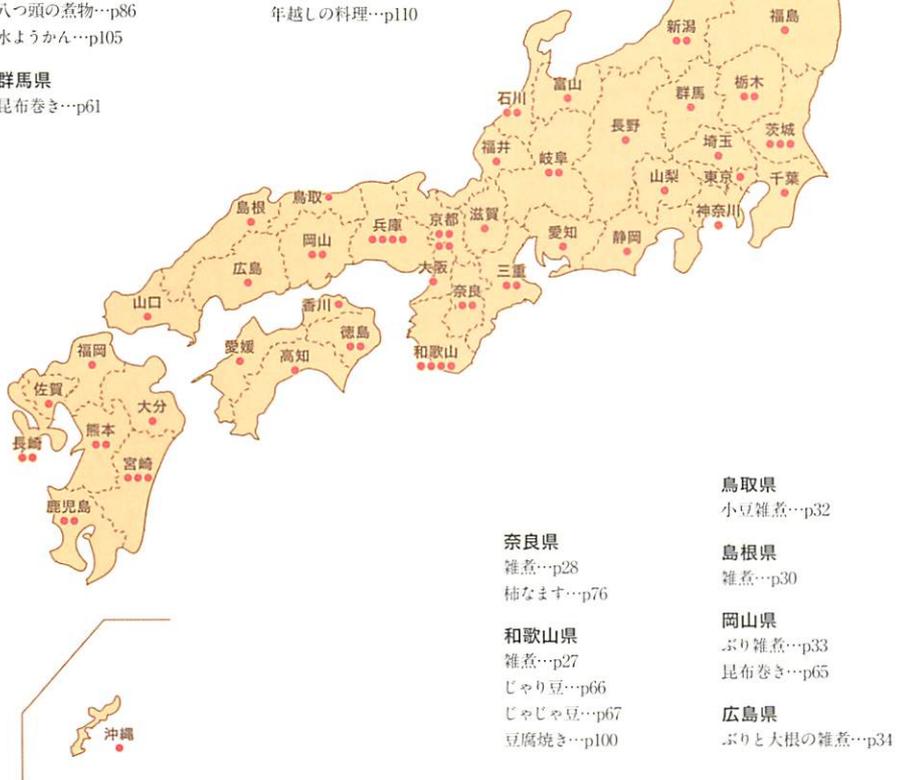
三重県
 丸大根の雑煮…p20
 はぜのあらめ巻き…p64

滋賀県
 ふなずし…p56

京都府
 白味噌雑煮…p21
 雑煮(北部)…p22
 古老柿なます…p75
 えびいもと棒だらの炊いたん…p90

大阪府
 雑煮…p24

兵庫県
 はまぐり雑煮…p26
 黒豆の煮豆…p70
 煮しめ…p91
 正月の膳…p112



山口県
 かぶり雑煮…p35

徳島県
 雑煮…p36
 れんぶ…p68

香川県
 あんもち雑煮…p38

愛媛県
 緋のかぶり漬け…p78

高知県
 潮江菜入りの雑煮…p39

福岡県
 博多雑煮…p40

佐賀県
 石田雑煮…p42

長崎県
 貝雑煮…p43
 紅さしの南蛮漬け…p99

熊本県
 雑煮…p44
 辛子れんこん…p101

大分県
 くじゃく…p102

宮崎県
 いもんこんすい…p45
 酢にんじん…p77
 正月料理…p114

鹿児島県
 焼きえびの雑煮…p46
 春羹…p92

沖縄県
 中身汁…p108

鳥取県
 小豆雑煮…p32

島根県
 雑煮…p30

岡山県
 ぶり雑煮…p33
 昆布巻き…p65

広島県
 ぶりと大根の雑煮…p34

奈良県
 雑煮…p28
 柿なます…p76

和歌山県
 雑煮…p27
 じゃり豆…p66
 じゃじゃ豆…p67
 豆腐焼き…p100