



食育だより

日高市学校給食センター
令和5年 12月号

バラエティーに富んだ「お雑煮」

今年も残りわずかとなり、もうすぐ冬休みも始まりますね。
新しい年の始まりとなるお正月には、おせち料理やお雑煮といった正月料理を家族みんなで食べて、1年の無事を祈る習慣があります。お雑煮は地域や家庭によって異なり、使う食材、味つけ、もちの形、調理法など、実にさまざまです。

地域色豊かで多種多様なお雑煮は、大切にしていきたい日本の食文化の一つです。



沖縄県
お雑煮を食べる食文化はなく、豚肉の内臓を使った「中身汁」を食べます。

大阪府
白味噌雑煮
白みそ仕立ての汁に、焼かない丸餅、大根、にんじん、里いもなどを入れる。野菜は「角が立たず、円満に過ごせるように」という縁起を担ぎ、輪切りにする。

岩手県
(三陸沿岸北部地域)
くるみ雑煮
しょうゆ味の汁に、サケや凍り豆腐、根菜類、焼いた角餅を入れる。もちは取り出して「くるみだれ」を付けて食べる。

島根県
(東部地域)
小豆雑煮
小豆を煮た汁に、焼かない丸餅を入れる。元日には岩のり入りの「すまし雑煮」を食べ、正月2日に「小豆雑煮」を食べる地域もある。



千葉県
(上総地域)
はば雑煮
焼いたりゆでたりした角餅をお椀に入れて、カツオのだしと、はばのり、青のり、カツオ節をたっぷりかける。

香川県
あんもち雑煮
白みそ仕立ての汁に、輪切りにした大根、金時にんじん、豆腐、甘いあん入りの丸餅を入れる。最後に青のりを振りかけて食べる。

愛知県
雑煮
しょうゆ味の汁に、焼かない角餅と伝統野菜の「餅菜」、鶏肉を入れる。餅菜は小松菜に似ている野菜で、「正月菜」とも呼ばれる。

福岡県
(博多地域)
博多雑煮
焼きアゴのだしに、ブリ、丸餅、伝統野菜の「かつお菜」、かまぼこ、里いも、にんじん、大根、しいたけなどを入れる。

参考資料:厚生労働省「うちの郷土料理」

日高市ホームページ「学校給食センター」内のお知らせに、食育だよりのアーカイブを掲載しています。カラーVer や過去の食育だよりは、こちらをご覧ください。

