

親子で体験しよう! 行事食

親子で
学ぼう!

京の食×年中行事

Vol. 2

京の食と
年中行事の
深い関わり



長い歴史に育まれ、独自に発展してきた京の食文化と、季節を彩る年中行事には深い関係があります。「この日にこれを食べる」というおきまり料理や行事食は、美味しくいただきながら、いわれや意味を次世代へと受け継ぎたいものです。そこで、本誌では季節ごとの年中行事とそれにまつわる食を紹介しています。第二回目のテーマは「京都の秋」。秋は行事が多く、山海の幸も美味しさを増してきます。京の食文化を学ぶのに絶好の季節を、親子で楽しみましよう。

中秋の名月へ
お供えする里芋を
京都らしい
白味噌田楽に
ちようど里芋の収穫期に
当たります。昔は穫れた
ての里芋を、お月様に供
えて感謝を表しました。
その里芋を、人々はお下
がりとして美味しくいた
だいたようです。今では
月見団子を供えますが、
京都では、里芋の形に似
せた団子がよく用いられ
ます。そこで、九月の行事
食は芋名月にちなみ、京
都らしい白味噌を使った
「里芋田楽」の作り方を、
川添智未先生に教えて
もらいました。

里芋田楽を作ってみよう



里芋は皮と皮をこすり合わせて水洗いし、両端を3mmほど切り落とします。(大きい芋は半分に切ります)



鍋に入れた塩と里芋がかぶるくらいまで水を入れます。火を点け、沸騰したら10〜15分ゆでます。



ザルにあげ、あら熱がとれてから皮をつまむと、きれいに皮がむけます。これを串に4個ずつ刺します。



白味噌・砂糖・みりん・めんつゆをよく混ぜ、電子レンジ(600wの場合)で約1分加熱します。



③の上に④を適量塗り、グリルまたはオーブントースターで味噌にこげ目がつくまで焼きます。



完成!

里芋は、下ゆですると皮がツルツルときれいにむけて手が
かゆくなりません。お子さんと
一緒に作ってみてくださいね。

京の食文化ミュージアム
あじわい館 語り部
川添智未先生

刺身師・日本酒学講師・野菜ソムリエプロなどの資格を持ち、京都の食文化や産業を主なテーマにするライター。

4本分

- ・里芋(直径3cm程度).....16個
- ・塩.....大さじ1
- ・白味噌.....100g
- ・砂糖.....30g
- ・みりん.....大さじ1
- ・めんつゆ(2倍濃縮の場合).....小さじ1
- ・竹串(長さ15cm程度の平たい串がおすすめ).....4本

※味噌だれは多めにできるので、ほかの料理にもお使いください。

味噌だれには柚子、ゴマ、粉山椒などをふったり混ぜ込んでも美味しいですよ。

おはぎ



秋のお彼岸にご先祖へお供えします。粒あんを萩の花に見立てて「おはぎ」と呼ばれます。

おぼすし 鯖寿司

脂がのった旬の真鯖を酢でしめ、寿司にした秋祭りのごちそうです。

いこち 亥の子餅

旧暦10月亥の日に、多産のイノシシにあやかり、無病息災と子孫繁栄を願って食べます。

ほかにも、京の年中行事は数多くあります。詳しくはwebサイトを見てね!

		月第四 曜四		旬中		15~14		9		日曜一		9月	
観月の夕べ (大宮寺)		中秋の名月		櫛まつり (安井金比羅寺)		萩まつり (萩神社)		観音加持青龍会 (清水寺)		重陽の節会 (虎宮殿法輪寺)		長月	
22		日曜第三		旬上中		上旬		5~1				10月	
鞍馬火祭 (由岐神社)		時代祭 (平安神宮)		城瀬(祭・餅祭り) (城瀬町)		斎宮行列 (野村神社・清徳寺)		栗田祭 (栗田町)		三栖の炬火祭 (三栖社)		神無月	
		23		15頃		日曜第二		8		10~1		11月	
筆供養 (正覚庵)		新嘗祭 (金所)		七五三 (金所)		嵐山もみじ祭 (祇園白川)		祇園会館 (祇園会館)		秋夜法要・ 十の集い (百萬遍院・金所)		霜月	
										亥子祭 (蓮王神社)		お火焚き (金所)	