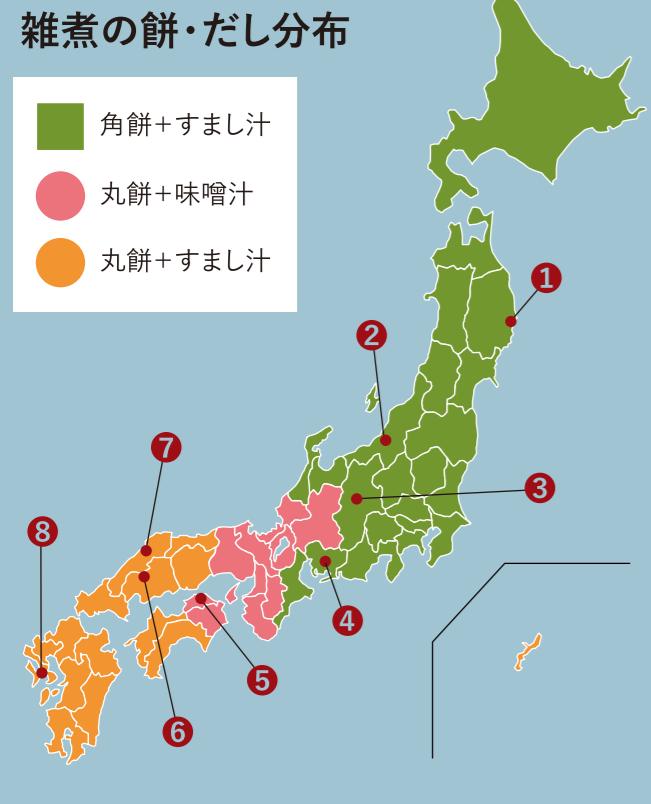


第7回  
全国のお雑煮

## お雑煮の歴史



明けましておめでとうございます。  
今年もどうぞよろしくお願い致します。  
さて、お正月といえばお雑煮ですね。同じお雑煮と言えども、  
各地には多様な具材・味つけのお雑煮があることはご存知ですか？余ったお餅で挑戦されてみてはいかがでしょうか！



## 愛知県

(名古屋)

## ④餅菜入り雑煮

カツオ出汁の醤油味で具は『餅菜』だけの家が多いようです。  
餅菜…尾張地方で採れる小松菜の仲間。



## 岩手県

(三陸海岸の一部地域)

## ①くるみダレ雑煮

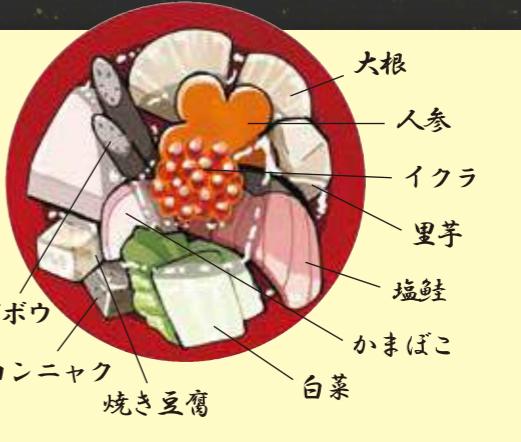
くるみを擦り潰し、砂糖や醤油で味付けしたタレをお雑煮の餅に付けて食べるそう。



## 新潟県

## ②サケとイクラの親子雑煮

具沢山のお雑煮に塩鮭を入れ、イクラをトッピングする、なんとも羨ましい豪華版。



## 長崎県

## ⑧山と海の幸雑煮

カツオや昆布、焼きアゴ(トビウオ)などからとった出汁を醤油仕立てにし、山海の幸など、10種以上の具材を入れる。中でもブリは欠かせない食材で、その他に根菜や青菜、鯛や鶏肉、エビ、カマボコ、干しナマコなどを入れることもある。



## 広島県

(高野)

## ⑥オップリ雑煮

すまし汁に湯がいた餅を入れ、酒で溶いたオップリ海苔(岩海苔)をのせる。

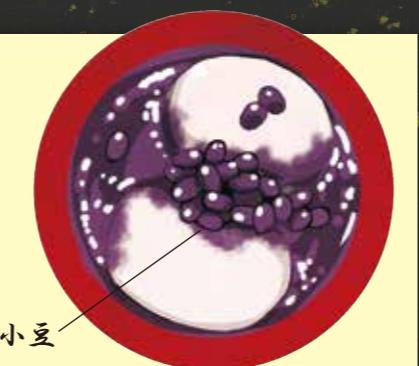


## 島根県

(出雲)

## ⑦小豆雑煮

柔らかくゆでた餅を塩味のすまし汁に入れて煮小豆をのせ、その上に砂糖をかけて食べる。



## 長野県

(松本)

## ③ブリ雑煮

醤油仕立ての出汁にブリ街道を通って運ばれたブリがメインのお雑煮。



## 材料 (2人分)

|            |
|------------|
| 煮干出汁…400ml |
| (A)        |
| 薄口醤油…大 1/2 |
| 酒……………大 1  |
| 塩……………少々   |

## 作り方

- ①具材は食べやすい大きさに切る。
- ②鍋に出汁を入れ、塩鮭、かまぼこ以外の具材を入れ、大体火が通ったら塩鮭を入れる。
- ③鮭に火が通ったら(A)で味付けし、かまぼこを加える。
- ④器に焼いたお餅を盛り、③を入れ、イクラを乗せ完成。

## 材料 (2人分)

|               |
|---------------|
| かつお昆布出汁…400ml |
| (A)           |
| 醤油…………大 1     |
| 酒……………大 1     |
| 塩……………少々      |

## 作り方

- ①沸騰したお湯にブリを入れ、火を通す。
- ②①をサッと水に通し、その他の具材と共に食べやすい大きさに切る。
- ③出汁の入った鍋に野菜を加え、火が通ったらブリを入れ、(A)で味付けする。
- ④器に焼いたお餅を盛り、③を入れたら完成。

お雑煮は室町時代中ごろから食されており、当時は武士の宴会で必ず一番初めに酒の肴(さかな)として振舞われる縁起のよい料理でした。この習わしをもとに、一年の始まりである元日に食べるようになったといわれています。また、「雑煮」の語源はいろいろな具材を煮合わせたことから「煮雜(にまぜ)」からきているそうです。