

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. 4

京の食と
年中行事の
深い関わり



長い歴史に育まれ発展してきた京の食文化は、季節を彩る年中行事と深い関係があります。「この日にこれを食べる」というおさまり料理や行事食を美味しくいただきながら、そのいわれや意味を次世代へと受け継ぎたいものです。本誌では季節ごとの年中行事と、関連する食を季節ごとに紹介してきました。最終回は、晴れやかで華やかな行事が多い「京の春」がテーマです。これからも京の食と年中行事の関わりを学び、親子で行事食を作って楽しんでいただければ幸いです。

お花畑のように
はんなり春らしい
色合いが食欲をそそる
ばら寿司を手作りで
旧暦三月三日、上巳の節句に行われる「ひなまつり」では、おさまり料理として彩り鮮やかな「ばら寿司」をよくいただきます。春は貝が旬なので、蛤のお吸い物や身シジミの炊いたんなどを添え、白酒と一緒に供えてお祝いします。京都のばら寿司は酢飯にちりめんじゃこ、かんぴょう、椎茸、ニンジンなどの具を混ぜて錦糸玉子で飾り、生魚を使わないのが基本です。花菜や紅生姜、蓮根などをあしらった華やかな「ばら寿司」の作り方を、川添智未先生に教えてもらいました。

ばら寿司を作ってみよう



1 かんぴょうと干椎茸は前日から水に戻し、砂糖・醤油・みりんでお好みの加減に調味して煮ます。



2 ニンジンは細かく刻んで塩茹でします。ちりめんじゃこはすし酢に浸けておきます。



3 米をといで釜に入れ、分量の水を加えてすぐ炊きます。炊き上がれば、じゃこを浸けていたすし酢を混ぜます。



4 かんぴょうと椎茸の汁気を絞り刻みまですく(椎茸は飾り用に少量残す)。ニンジン・じゃこと一緒に③へ混ぜます。



5 器に④を盛って錦糸玉子をのせ、椎茸、塩茹でした花菜、酢漬けた蓮根、紅生姜などで飾ります。

完成!

ケーキ型で寿司飯を抜き、型抜きした玉子やハムを飾ったデコ寿司も楽しいですね。お子さんと一緒にいろいろ試してみてくださいね。



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

嘲酒師・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人分
- ・米 3合
 - ・すし酢 大さじ7
 - ・ちりめんじゃこ 大さじ4
 - ・干椎茸 4〜6枚
 - ・かんぴょう 10g
 - ・ニンジン 1/4本
 - ・砂糖、醤油、みりん、塩 各適量
 - ・蓮根 中サイズ5cm
 - ・錦糸玉子 玉子2個分
 - ・紅生姜、花菜 各適量

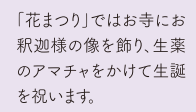
彩りは絹さや、うすい豆、海苔など、具も高野豆腐や湯葉など、お好みでアレンジしてください。

蛤のお吸い物



旬の蛤は一对の貝殻がピッタリ合うことから、将来良い夫婦になれるようお願い、ひなまつりに食べます。

甘茶



「花まつり」ではお寺にお釈迦様の像を飾り、生業のアマチャをかけて生誕を祝います。

ちまき



由来は中国の故事にあり、古くから邪気を祓うとされる茅で餅を包んだもので端午の節句に食べます。

ほかに、京の年中行事は数多くあります。詳しくはwebサイトを見てください。

日曜	4/25	25	22	20頃	15	5/13	9	3	3月
最終	はねず踊り	北野をどり	五穀豊穣祈願祭	千本の釈迦念仏	彼岸会・春分祭	嵯峨お松明	十三まいり	雨乞祭	ひなまつり!
(随心院)	※今年はお開催	(吉祥院・天満宮)	(吉祥院・天満宮)	(千本釈迦念仏)	(各寺)	(清涼寺)	(虚空蔵法橋)	(賀茂神社)	(桃の節句)
									弥生
5/29	5/29	29	日曜	日曜	8他	曜土	第1日曜	13~2	4月
春の壬生狂言	春の壬生狂言	曲水の宴	吉野大夫花供養	やすらい祭	花まつり	狂言	嵯峨大念仏	(宮川町)	都をどり
(壬生)	(壬生)	(城南)	(常盤)	(常盤)	(壬生知恩院など)	(清涼)	(文化芸術会館)	(宮川町)	卯月
の満月	日曜	10	5	5~3	24~1	15~1	5~1	4~1	5月
五月満月祭	三船祭	春季金比羅大祭	菖蒲神事	端午の節句	市民煎茶の会	鴨川をどり	葵祭	大念仏狂言	壬子えんま堂
(鞍馬)	(三船)	(安井金比羅宮)	(賀茂神社)	(賀茂神社)	(元暦)	(先斗町歌舞練場)	(上賀茂神社下鴨神社)	(千本えんま堂)	皷月

※新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けて変更・中止となる可能性があります。※開催日が異なる年がありますので、各主催団体のホームページをご確認ください。



京の食と年中行事について学べるwebサイトはコチラ! 解説動画も公開中!

<https://kyo-tsunagu.net/oyako/> 京都をつなぐ 検索

令和3年度文化庁 伝統文化親子教室事業 [企画・監修] 京都市文化市民局文化芸術都市推進室文化財保護課

十三まいり
数え年で13歳の子が虚空蔵菩薩に参って知恵と福德を授かる十三まいり。男子は羽織袴、女子は肩の縫い上げをほどこした本裁ちの着物を着ます。

五花街の「をどり」
京都には祇園甲部・宮川町・先斗町・上七軒・祇園東という5つの花街があります。春と秋にそれぞれの歌舞練場などで趣向を凝らした「をどり」の会が開かれ、芸舞妓の華やかな舞台が楽しめます。

葵祭
平安時代から続く上賀茂・下鴨両神社の祭礼で当時は「賀茂祭」と呼ばれていました。江戸時代以降、華麗な行列が二葉葵で飾られるようになったため、この名で親しまれています。