

『季節を感じる味めぐり』

～季節の行事と食材を知ろう～

日本人の伝統的な食文化

和食

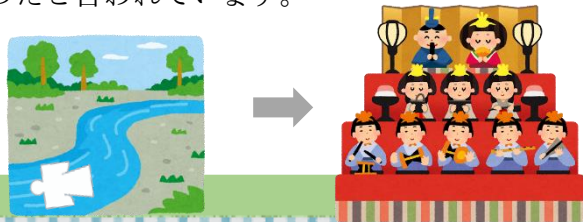
ユネスコ無形文化遺産登録
10周年

【 3月 】 ～ひな祭り～



五節句の一つである「上巳の節句」、その他に「桃の節句」とも呼ばれます。

五節句は、厄をはらうための行事で、「上巳の節句」の起源は、身のけがれをはらう行事です。奈良時代頃には、けがれを紙で作った人形に移して川に流していましたが、平安時代頃から手作りの「ひいな」と呼ばれる人形を作る「ひいな遊び」と結びつき、江戸時代には女の子の成長と幸せを祈る行事としてひな人形を飾るようになったと言われています。



【献立】

ちらし寿司

牛乳

魚の天ぷら

(青のり入り)

白玉汁



桃の花



桃の花をひな祭りに飾るのは、桃は、魔よけや厄よけ長寿の力をもたらすとされてきたからです。

【ひな祭りの行事食】

ひな祭りの行事食には、白酒、菱餅、はまぐりの吸い物、ちらし寿司などがあります。「菱餅」は、緑、白、桃の三色で、緑は、「健康」、白は「清浄」、桃は「魔よけ」を意味すると言われています。



菱餅

ちらし寿司は、お祝い事でよく食べられる料理で、細かく切った具をすし飯に混ぜ込んで作ります。ちらし寿司によく使われる材料に、「えび」、「れんこん」があります。これにはお正月のお節料理と同じように、健康長寿（えび）、将来の見通しがきく（れんこん）などの願いが込められています。

給食のちらし寿司では、錦糸卵、かんぴょう、いんげん等色取りと栄養を考えて七種類の具が使われています。



ちらし寿司