



今年はずき年です。月を見ると、うさぎが餅つきをしているイメージが浮かぶ方も多いのではないのでしょうか。正月といえば餅。そんなお餅の正月の定番料理といえば雑煮。雑煮は正月に欠かせない料理ですが、実は全国の地域によってさまざま

な種類があります。スタンダードなものから個性的なものまでいろいろな雑煮をご紹介します。

雑煮の始まりは室町時代

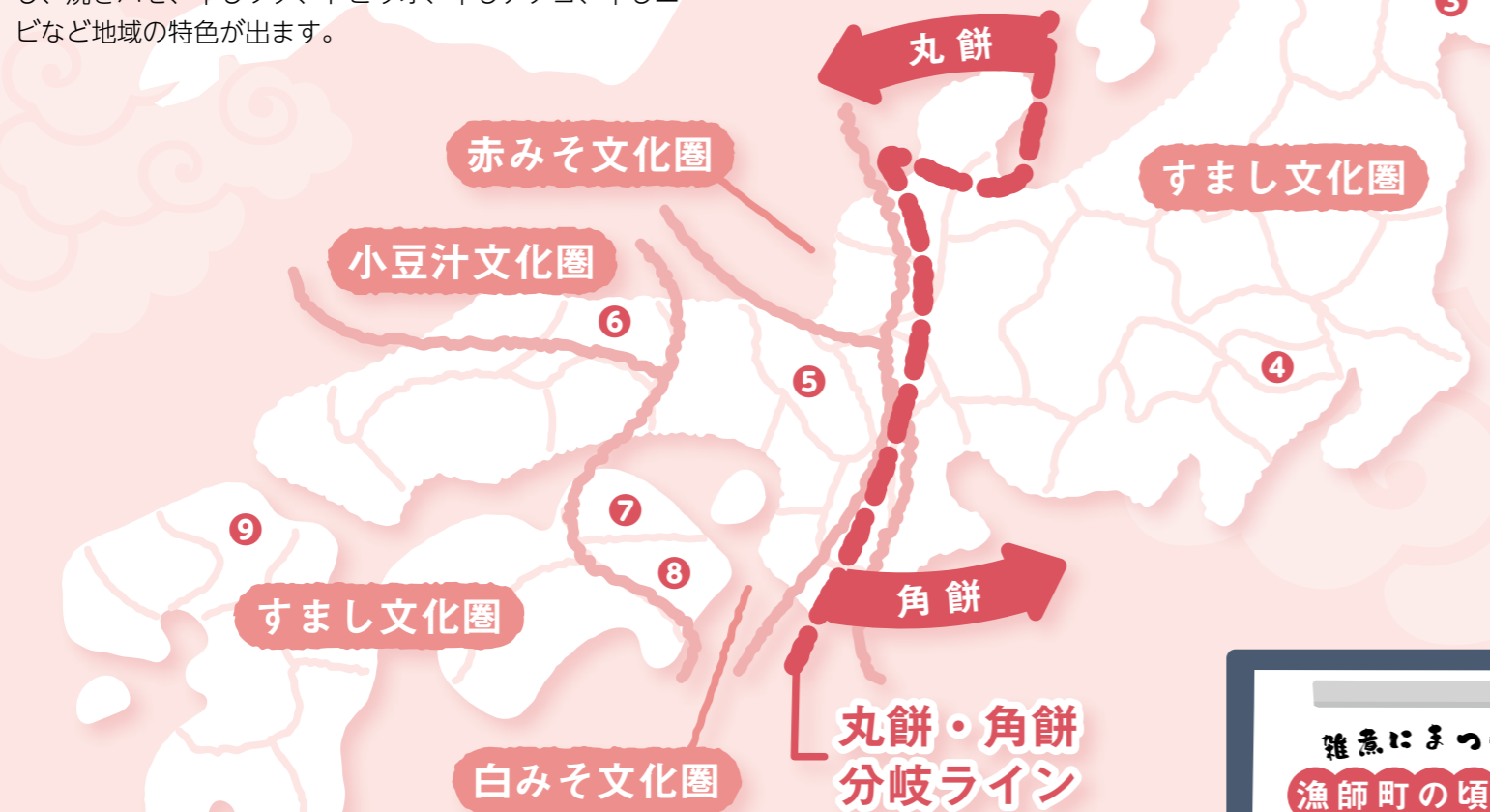
雑煮は、室町時代の京都で、丸餅にみそ仕立てのものを公家はおもてなし料理として、上級武家は慶事料理として、正月以外にも食べていた料理です。雑煮が身分に関係なく、幅広い層で正月にお祝い事として食べられるようになったのは江戸時代からだといわれています。参勤交代などの文化の交流の中で全国各地へ広がったといわれています。

歴史

だし

地域色に富んだ だしの種類

だしは全国的にはカツオの削り節を使う地域が多いですが、ほかには昆布、イワシの煮干し、焼きハゼ、干しフグ、トビウオ、干しアナゴ、干しエビなど地域の特徴が出ます。



餅の形は丸？角？

西日本では丸餅が多く、一方東日本では角餅が多く使われている傾向です。ももとの形は丸餅でした。しかし、江戸時代になると、人口が江戸に集中していたため、一つ一つ手で丸めて作る丸餅よりも、平たく伸ばした餅を切り分けることで、短い時間で量産することができる利便性の高い角餅が広まりました。

雑煮にまつわる話 漁師町の頃の浦安

猫実・当代島地区では、ふだん忙しい妻をねぎらうために、三が日に雑煮を作るのは夫の役割でした。



雑煮文化なし

10

日本各地の雑煮

1 北海道

北海道はもともと雑煮の文化がなかった地域です。しかし、明治から大正にかけて、開拓のために本州各地から移住してきた人たちによって、雑煮の文化が北海道に持ち込まれました。それが今も受け継がれ、北海道には全国各地の雑煮がみられます。

出典：北海道農政事務所Webページ「うけつぎたい伝統食北海道の食ごよみ いろいろな雑煮1」



3 宮城県 仙台雑煮

焼きハゼで取っただし汁に、ずいき、おひきな（大根、にんじん、ごぼうを細切りにしてさつと湯通しして、一晩凍らせたもの）を入れ、おわんからはみ出すほどに大きな焼きハゼ、ハラコ、仙台せりなどで彩れば完成。

5 京都府 白みそ雑煮

京都で正月に食べられる雑煮は、丸餅と頭芋（里芋の親芋のこと）、大根、そしてブランド京野菜の金時にんじんを入れることもある白みそ仕立ての雑煮。丸餅は円満と長寿を願い、頭芋は子孫繁栄・立身出世、大根は、丸く輪切りにすれば円満を意味し、亀甲型に切れば長寿を意味しています。金時にんじんはその鮮やかな赤色から魔除けのために入れることがあります。



6 鳥取県 小豆雑煮

ほかの地域では「ぜんざい」や「汁粉」と呼ばれるものに近く、小豆を柔らかくなるまでゆで、砂糖を加えて味付けします。別の鍋で煮た丸餅を小豆汁に入れ完成です。中部地域の三朝町では、「とちの実」を使ったとち餅を入れます。



7 香川県 あん餅雑煮

煮干しでとっただし汁に、丸く輪切りにした大根、金時にんじん、あん餅、豆腐などを入れ、一煮立ちしたら白みそを煮汁で溶いて入れます。餅がおわんにくっかないようにおわんの底に大根を置き、その上にあん餅を入れ、さらにその上に大根、金時にんじんを彩りよく盛り、最後に青のりを振りかけて食べます。

8 徳島県 祖谷地方 うちがえ雑煮

うちがえ雑煮では、餅の代わりに岩豆腐（石豆腐）と呼ばれる大きくて硬い豆腐を入れます。この岩豆腐が重なり合って乗っている様子が、武士が刀を「打ち違え」ているさまに似ているところから、「うちがえ雑煮」「打ち合わせ雑煮」と呼ばれるようになりました。



写真提供：三好市観光協会

2 岩手県 くるみ雑煮

大根、にんじん、ごぼう、鮭、凍り豆腐などを入れたしょうゆ味のだし汁に焼いた餅を入れ、餅を食べるときはそのまま汁わんから食べたり、別の器に入れた「くるみだれ」をからめて食べたりして、2種類の味を楽しむのが特徴です。



4 東京都 雑煮

香ばしく焼いた餅に鶏肉や青菜などを添え、昆布とかつお節でだしを取ったすまし汁をかけるのが東京の雑煮の特徴。小松菜がほうれん草であったり、かまぼこがなるとであったりと地域で具材はさまざまです。



写真提供：中村学園大学栄養科学部

9 福岡県 博多雑煮

博多雑煮の特徴としては、焼きあごで取っただしにブリを入れます。餅は丸餅、そのほかの具として、博多に古くから伝わる野菜で高菜の仲間であるかつお菜、かまぼこ、里芋、にんじん、大根、しいたけなど具たくさん。具は各家庭で若干違いがありますが、かつお菜だけは付き物。

10 沖縄県

沖縄県では、正月に雑煮を食べる文化がありません。その代わりに「中身の吸い物」とも呼ばれる、豚の大腸や小腸、胃といった中身を具にしたすまし汁仕立ての郷土料理である中身汁を食べます。