



雪見茶会  
がまくらの中での



2月（如月）

雪まつり

# 年祝(2月1日)厄よけ

## つくりかた

### 赤飯

材 料 ( 5 人 前 )	
餅 米	カップ3杯
小 豆	大さじ3杯
ごま塩	
{ 黒ごま	大さじ1杯強
{ 塩	〃 1/3杯

- ① 小豆は5～6倍の水で煮る。沸騰したら、2～3回さし水をして固茹です。茹で汁はとっておく。
- ② 餅米はきれいに洗って半日位水に浸し、さらに①の茹で汁を合わせ半日浸す。
- ③ 蒸す30分位前にざるに上げ、小豆と合わせる。
- ④ 蒸器に③を入れ、40分間蒸す。
- ⑤ 充分蒸し上ったら、塩一つまみを入れた熱湯をまんべんなくしと打ちする。(米の量の一割の水を使用)
- ⑥ 餅米の上下の位置を変えて湯気が上がるまで5分間位蒸す。炒ったごま塩をかける。

### 年祝のごちそう

- ① 赤飯
- ② お頭付き魚
- ③ 昆布巻(正月料理参照)
- ④ 煮しめ
- ⑤ ぜんまいの油炒め
- ⑥ 柿なます
- ⑦ 大根葉の白和え
- ⑧ しっごごんぼ(正月料理参照)
- ⑨ 数の子豆(正月料理参照)

### 言 伝 え

農休日となり、3朔日の五節句と言って、野良仕事に出た

りすると村八分された。 1月7日 }  
家内安全を祈願しながら餅を食べ厄年 3月3日 } 2月1日 }  
があたったら神主を呼び祝ってもらう。 5月5日 } 五節句 6月1日 } 3朔日  
7月7日 } 8月1日 }  
9月9日 }

### 参 考

赤飯は祝事、仏事どちらにも使用される。小豆の代わりにささぎを入れて作る家もあった。

## 年祝(2月1日)

### 煮しめ

材 料 (5人前)	
ごぼう	80g
にんじん	50g
しいたけ	5枚
こんにゃく	1/2枚
油揚げ	2.5枚
しょうゆ	大さじ 4杯
酒	大さじ 1杯

#### 参 考

野菜の中でも大根と同じように冬越しの出来る野菜として、又、ごぼうは食物繊維の多い野菜であり、人参はビタミンA・Cが多い野菜として重宝に使われた。油揚げは大豆製品で良質たん白源(植物性)として大切な食品であった。

#### つくりかた

- ① なべにしょうゆ、酒、水少々入れ味をみる。
- ② その中にごぼう、人参、しいたけ、こんにゃくを入れ煮る。
- ③ 油揚げは、油ぬきをして煮る。

#### 言 伝 え

最近煮メと書いてあるが、古くは「煮<sup>よ</sup>染」、「煮しめ」と書いていた。いずれも材料はごぼうで、長時間煮て煮汁がなくなり、ごぼうが黒く染まることから、この名がついたと云われる。いまはおめでたい材料をとりあわせ、材料を別々に煮て味をよく含ませ、色どりよく盛りつける。汁けがないので重詰物に利用される。

## 年祝(2月1日)

### ぜんまいの油炒め

材 料 (5人前)	
ぜんまい	50g
油揚げ	1枚
油	大さじ 2杯
しょうゆ	大さじ 3杯
酒	大さじ 1杯

#### つくりかた

- ① 水からぜんまいを入れて、熱くなったら、手でもみ、これを3回くり返して、やわらかくもどす。
- ② よくもどしたぜんまいを、3cmの長さ位に切り、油でいため、油揚げのうす切りを入れて、酒、しょう油を入れて、いためる。

## 年祝(2月1日)

### 柿なます

材 料 ( 5 人 前 )	
干柿	3~4ケ
だいこん	100g
にんじん	30g
酢	大さじ 3杯
砂糖	大さじ 1/2杯
塩	大さじ 1/3杯

#### <つくりかた>

- ① 干柿は熱湯をかけて、やわらかくする。
- ② だいこん、にんじんはせん切りにして、塩少々をふり、やわらかくする。
- ③ ②の水気をしぼり、酢、さとう、塩を入れ、味をつけ①の柿をうすく切ってあえる。

#### 参 考

干柿はビタミンDと自然の甘さを持っており、不足しがちな緑黄色野菜を入れたなますは栄養の点ではすばらしい。

### 大根葉の白和え

材 料 ( 5 人 前 )	
塩づけだいこん葉	150g
とうふ	1/2丁

#### <つくりかた>

- ① 豆腐は、すりばちでよくする。
- ② 塩づけ大根葉は3cm位に切り①にあえる。

#### 参 考

大根葉は生のうちはビタミンAとCが豊富であるが、長期に保存(塩漬)したものは、栄養は期待できないが塩蔵物は、B1、B2が生成される。豆腐で和えた点、すばらしい。

## 初午(2月最初の午の日)

つくりかた

### 小豆ご飯

材 料 ( 5 人 前 )	
うるち米	カップ4杯
小 豆	カップ1/3杯
水	米の2割増
ゴマ塩	少々

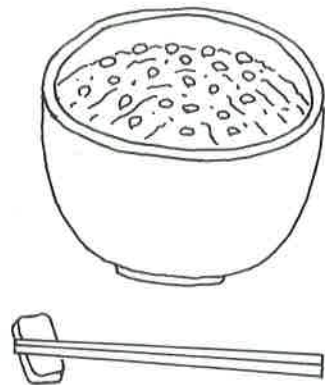
- ① 30分位前に米をといで分量の水に浸しておく。
- ② 小豆は分量の三倍の水で煮る。浮き上がったら2、3回さし水をして硬目に煮しておく。
- ③ ①②を合わせて炊く。
- ④ たき上がったら5、6分むらしてゴマ塩をかけて供する。

初午のごちそう

小豆ご飯

油揚

とろろ八杯



### 言 伝 え

2月初めの午の日の稲荷神社のお祭りが初午である。農耕馬を初めて外に出して足ならしをする日。初午が月の初めにあたると火のまわりが早いので、火災除けのため、小豆ご飯を三角おにぎりにして、油揚をそえて附木に盛り稲荷様に供えた。「2月初午、お稲荷様の亡祭礼と唄い」酒をくみながら馬方節を唄ってお祝いする。農家は五穀豊穰、商家は商売繁盛を約束されるといわれた。自宅に小さな稲荷神社を持つ信心家はこの日に、近所の子どもたちにお菓子を配る風習が戦前までは残っていた。

### 参 考

小豆は炭水化物とたん白質が主成分である。小豆は一般に浸水しないで煮ます。表皮が固く、浸水しても表皮からの吸水効果がない。特に粒のまま用いるときはさし水等としてゆっくり煮て、こわれないように注意した方がよい。

## 初午

## つくりかた

### とろろ八杯

材 料 ( 5 人 前 )	
豆腐	300g
ながいも	600g
かただいこん(辛味の強いもの)	800g
みつば	30g
しょうゆ	大さじ1杯
塩	小さじ1杯
でんぷん	少々
だし汁	2カップ

- ① 豆腐は長さ3cm、幅1cmの短冊切りにする。
- ② 鍋に出し汁を入れ、しょうゆ、塩で味をととのえる。
- ③ 沸騰したら、①の豆腐を入れ沸騰寸前に、水どきかたくり粉を入れて火をとめる。(かたくり粉は汁がとろりとする位入れる。)
- ④ みつばは、さつとゆでて3cm位の長さに切っておく。
- ⑤ だいこんは、すりおろして塩少々を加えすり鉢でなめらかになるまでする。
- ⑥ 辛味だいこんはおろし、しぼり汁にする。
- ⑦ ⑤に⑥のしぼり汁を入れてよくかきまぜる。
- ⑧ お椀にもった③の上に⑦をかけ、みつばをのせる。だいこんは寒冷地に育つ赤いすじの入ったもので、辛味の強い物が良い。

### 言 伝 え

江戸時代、交通機関として最上川が発達してきた頃大石田は川港として舟乗りで賑わった。川風で心身共に冷えきった頃、港についた舟乗りを辛みのきいた口あたりのよい「とろろハツハイ」でもてなしたといわれている。その時あまりのおいしさで八杯もおかわりした舟乗りもいたので、八杯と名づけられた。

だし汁は「だしこんぶ」と「かつおぶし」でとるが、仏事等の精進料理の時は「だしこんぶ」でとるとよいでしょう。

### 参 考

とろろいもは強いアミラーゼが含まれているため生食が可能だとされていたが、最近特にミラーゼの量はあまり多くないという説もある。

## 節分(2月3日)

### 豆いり

材 料 ( 5 人 前 )	
節分のごちそう	いり豆
お頭付魚(生カド)	しっこ

#### <つくりかた>

- ① 大豆1カップを洗って水を切っておく。
- ② ホウロク(フライパンで代用)で煎る。(大豆の皮が切れてなまぐさみがなくなるまで炒る。)

#### <言 伝 え>

立春の前日、鬼はらい儀式である。1年には立春、立夏、立秋、立冬の4節があり、節分は最初の節の前日として意味がある。大黒様にはお頭付魚、一升マスにいり豆を供えながら福を呼ぶ。しっこを焼いて<sup>か</sup>蓋30cm位の長さに切った先に割り込みを入れてはさみ、東西南北の角(戸口毎)にさし、悪事災難除けを祈願する。その後家族が寝静まった頃、一家の家主が羽織、袴を着て、炒り豆をマスに入れて「福は内、福は内、鬼は外、鬼は外 天内、地内、鬼の目玉をぶつつぶせ」と豆を蒔いて福を呼んだ台所やお風呂場など、戸のあるところには全部まきます。まき終わったら枡の中の豆を家族が各自、自分の年の数だけ食べて健康を祝います。

## 稲荷様のお祭り(2月12日)

材 料 ( 5 人 前 )	
祭りのごちそう	
1. 赤飯	
2. 油揚げ	
3. 小魚	
4. 蕁なつと(納豆)	
お稲荷様に供えた。	

#### <言 伝 え>

稲の神として祭られ、キツネをこの神の使者として田の神信仰として、水田耕作普及と共に屋敷神、村氏神として祭られた。

## お釈迦様の団子まき(2月15日)

つくりかた

### お釈迦様の団子

#### 材 料 (5人前)

うるち米 300g

赤青黄の色粉

お釈迦様のごちそう

1. 団子

2. ぜんまいの白和え

3. 煮物

材料、作り方はお正月料理に準ずる。

#### 団子の作り方

- ① 粉を固めにこねて、ちぎって煮る。
- ② 浮き上ったらボールに取り、こねる。
- ③ 赤、青、黄の色粉、それぞれに入れ、白、赤、青、黄の団子を作る。
- ④ 少し大きめの団子を作り、きな粉、又はしょうゆだんごにして食べる。

#### 若衆まざり

若衆の参加で、15才になると仲間入りする。これは成人式の意味を持ち、昔はかなり重々しい儀礼が行なわれた。部落集合場所に集まり若衆組の規約、心得などを聞かせ、持ち寄った酒やごちそうで御祝をする。

#### 言 伝 え

お釈迦様の命日、団子を仏壇に供える。「ねはん会」という。一週間前に坊さんと子ども達が托鉢し、1軒1軒拝み集めた米で14日に団子を作り、同夜お釈迦様に供え、この団子を集った子ども達にお釈迦様のなくなった日としてまいた。団子は守りとされ、身につけると風邪をひかず、山に持って行けば蛇の難に会わないと言われた。

#### 参 考

だんごは春まで保存しておいて外仕事するときには身からはなさず持って歩いたものである。



## 山の神(2月16日)

### 草餅

#### 材 料 ( 5 人 前 )

餅 米	カップ3杯
ごぼう葉 (干したもの)	50 g
山の神のご馳走	
草餅	{ あんこ入り草餅
	{ みそ田楽

#### <つくりかた>

- ① 春に干したごぼう葉に、重そうを入れ、柔らかくなるまで煮、それを水に浸して時折水を加えてアク抜きをする。
- ② ①をよくつぶして、餅米といっしょに蒸してつく。
- ③ ②にあんを入れたり、又まるめ餅などにして沢山作り、みそ田楽などにして焼いて食べる。

#### <言 伝 え>

山の神様が田の神になっておりてくる日。10月16日まで田の神となって守ってくれる日。五穀豊穰を祈った。野良仕事を休んで神の通り道を邪魔しないようにつとめた。

## 作試し(2月25日)

### 五目ご飯

#### 材 料 ( 5 人 前 )

米	カップ3杯	干しいたけ	3枚
にんじん	50 g	こんにゃく	1/4枚
油 揚	3枚	酒	大さじ2杯
ごぼう	50 g	しょうゆ	// 2杯

#### <つくりかた>

- ① 米は洗って30分位置く。
- ② 干しいたけはもどす、材料のにんじん、ごぼう、油揚、こんにゃくを線切りにする。
- ③ 鍋に油を入れ②を炒め、しょうゆで味付けする。
- ④ ①を水同量で炊き③の具を入れる。  
(この時具を少しあたためてよくむれないうちに上にのせてむす。)

ごちそう

1. 五目ご飯

2. 煮しめ 材料、作り方は正月料理に準ずる。

#### <言 伝 え>

1年の作試しの日、一日の内、朝が雨、昼は風、夜に晴れになると豊作であると天気を占った。

