



我が家の行事食

～4月～

お花見



お花見

行楽弁当

今年の桜の満開時期は、雨がよく降りました。

「今日なら外でお花見ができそうだ！」とお弁当を作っていると雨が降り出し、結局車内で友達と桜を見ながらお弁当を食べました。

味気ない写真になってしまいましたが、良い思い出になりました（笑）



お弁当の中身

☆かしわめし…①

☆こねり …②

- ・トマトとアボカドのチーズサラダ
- ・アスパラガスのベーコン巻き
- ・卵焼き

デザート

☆ねったぼ …③

①かしわめしについて

大分県出身なので、地域の催し物の際によく食べていた「吉野の鶏めし」を思い浮かべますが、今回は母から教えてもらった作り方で作ってみました。

かしわめしは、学校給食やコンビニでも提供されていて、現在でも幅広い世代に親しまれています。

※詳しくはこちらから⇒[かしわめし 福岡県 | うちの郷土料理：農林水産省 \(maff.go.jp\)](#)

②こねりについて

なすやにがうりを油で炒めて、出汁で溶いた味噌で味付けをし、水で溶いた小麦粉を入れとろみをつける大分県の郷土料理。野菜から出る栄養を含んだ水分を小麦粉が閉じ込めるので効率よく栄養を取れます。食欲が低下する夏でも食べやすいので、家庭でよく作られていて、私も実家でよく食べていました。

小麦粉を入れて練ることから「こねり」という名が付いたといわれます。

※詳しくはこちらから⇒[こねり 大分県 | うちの郷土料理：農林水産省 \(maff.go.jp\)](#)

③ねったぼについて

第60号メールマガジンにてご紹介させていただいた「NPO法人霧島食育研究会」様のHPに掲載されている動画を参考にさせていただき、さつまいもと餅で作る鹿児島県の郷土菓子「ねったぼ」を作りました。

とても簡単に作ることができる絶品デザートです。



※詳しくはこちらから

⇒ [【動画で学べる】できたよ！おうちごはん | 霧島食育研究会 \(kirisyoku.com\)](#) (外部リンク)

⇒ [からいもねったぼ 鹿児島県 | うちの郷土料理：農林水産省 \(maff.go.jp\)](#)

事務局：Aさん（熊本市）



お花見の始まり

お花見の始まりは、古くは平安時代の貴族が桜を見ながら歌を詠んだり、蹴鞠をした行事が始まりで、次第に農民の間でその年の豊作を願って桜の下で宴会をするようになったとい

けまり

います。庶民がお花見を楽しむようになったのは江戸時代の寛文年間（1661～1673年）のころからです。当時は寺社の境内に咲く桜の観賞でした。享保年間（1716～1736年）に八代将軍吉宗が、飛鳥山や隅田川堤、小金井堤などに数千本の桜を植えて庶民のお花見を奨励。このころから庶民は咲き誇る桜を見に繰り出し、桜の下でお弁当を食べながらお花見を楽しみました。



江戸時代の行楽弁当は？

だいがんじん

りょうりはやしなん

江戸時代後期に刊行された醍醐山人の料理本『料理早指南』に、お花見弁当の献立が載っています。「上・中・下」と3段階にランク付けされ、彩りも美しい、春の旬の食材を使った料理がデザート付きで紹介されています。当時の人気料理は色鮮やかな色彩の卵焼きやかまぼこだったそうです。

発行元：地域の和食文化ネットワーク九州事務局

（九州農政局 経営・事業支援部 食品企業課 地域食品・連携班）