



# 9月食育メモ



## 南蛮漬けてどんな料理？

9月10日（金）実施

### ●南蛮漬けとは・・・

魚や肉などを油で揚げた後に、南蛮酢という、唐辛子やネギなどの香味野菜と一緒に甘酢に漬けた料理のことをいいます。

ちなみに、カレー南蛮や鴨南蛮の南蛮は、唐辛子ではなく、調理に使用されるネギのことを指しているそうです。これはかつて、ネギの産地であった大阪の「難波」が変化して「南蛮」と呼ばれるようになったそうです。（諸説あり）

給食では、すっぱいのが苦手な子どもたちが食べやすいよう、玉ねぎ、ピーマン、人参を甘酢に漬けてこんだ野菜を、揚げたアジにかけて提供します！



### ●南蛮とは・・・

スペインやポルトガルの人やこれらの人物によってもたらされたものを指す言葉として用いられています。鎖国をしていた江戸時代に、唯一海外との窓口となっていた長崎に伝わったといわれています。

異国風の食材、新しい手法の料理にもつけられるようになり、唐辛子やネギ、油を使った料理方法にも「南蛮」という言葉で表したそうです。

## けんちん汁の由来

9月10日（金）実施

給食でもよく、けんちん汁が登場しますが、「けんちん汁」って面白い料理名ですね。一体どんな意味があるのでしょうか？名前の由来2つを紹介します。

### ① 神奈川県鎌倉市にある建長寺（けんちょうじ）というお寺に由来

昔、建長寺の小坊主さんが食事の準備のため豆腐を運んでいたら、誤って落としてしまい、豆腐が崩れてしまいました。悲しそうな顔をしているのを和尚さんが見て、“気にしないで”と、崩れてしまった豆腐を野菜と一緒に煮込んで汁を作ったことが始まりとされています。建長寺で食べられていたため、「建長寺汁」と呼ばれていて、【建長寺汁→建長汁→けんちん汁】と変化したといわれています。

けんちん汁は、精進料理として食べていたこともあり、肉や魚は加えず、だしを取る際も、昆布やしいたけを使っていたのだそうです。

### ② 巻織（けんちん）説

中国にある「普茶料理（ふちゃりょうり）」という精進料理が江戸時代頃に日本に伝わり、普茶料理の「巻織（けんちん）」が変化したものだそうです。

巻織は、大根やしいたけといった野菜のせん（織）切りと崩した豆腐をごぼうと炒めて、湯葉などで巻いて作る料理だそうですが、それが汁になって、けんちん汁といわれたそうです。

いずれにしても、けんちん汁の発祥は豆腐と野菜の組み合わせが必須であることには変わりないですね。汁物は、作ってくれた人の温かさまで伝わります。是非作ってみてください(\*^\*)

