

まるさんかくしかく

タイトルはまるい石臼、さんかくは古墳の前方部しかくは後方部を表現しています。

※1『和名類聚抄』承平年間(931~938)成立の辞書。源順(みなもとのしたごう)編纂。

粥 唐韻云、饘、諸延反、和名加太賀由、厚粥也、四聲字苑云、周人呼レ粥也、

粥 之叔反、和名之留加由、薄糜也、

「かたかゆ」とは「堅粥」とも書かれて現在の飯を指し、「しるかゆ」は粥のことです。

※2『日用助食 竈の賑ひ』江戸時代の三大農学者と言われる大蔵永常が飢饉への備えを説いた救荒書。天保4(1833)年頃成立。「きらず(おから)飯」「里芋飯」など、米を節約できる各種「かて飯」や粥の炊き方を紹介しています。

大和國は農家にて、一日に四五度宛の茶粥を食する也、聖武天皇の御宇、南都大佛御建立の時、民家各かゆを食し米を喰のぼして、御造營の御手傳ひをしたりしより、専らかゆを用る事と云傳ふ、

※3東大寺HP

修二会の正式名称は「十一面悔過(じゅういちめんげか)」と言う。十一面悔過とは、われわれが日常に犯しているさまざまな過ちを、二月堂の本尊である十一面観世音菩薩の宝前で、懺悔(さんげ)することを意味する。修二会が創始された古代では、それは国家や万民のためになされる宗教行事を意味した。天災や疫病や反乱は国家の病気と考えられ、そうした病気を取り除いて、鎮護国家、天下泰安、風雨順時、五穀豊穰、万民快樂など、人々の幸福を願う行事とされた。

※4奈良県HPによる。現在まで続いてきた履歴については資料不明。

粥
唐韻云饘加諸太延及和名厚粥也
聲字苑云周人呼粥也粥和之名叔之反四
由留加薄糜也

明けましておめでとうございます。今年も大安場史跡公園をよろしくお願いいたします。令和6(2024)年となって早くも1か月が経ち、2月10日は旧暦の1月1日を迎えますが、皆さんは七草粥をお召しになりましたでしょうか。

さて、粥は古代から文献に名前が見える食事です。「大和の朝は茶粥で明ける」という言葉があるようですが、大和(現在の奈良県)では粥が朝食としてよく食べられている様子を表しているようです。

また、「大和の茶粥、京の白粥、河内のどろ喰い」とも言われ、大和や京(京都府)・河内(大阪府東部地域)などでは、さまざまな「粥」が食べられてきたことが分かります。

「粥」と「茶」

「粥」は、「かゆ」「かい」「しゆく」と読み、米を「かしく」ことが語源とされています。平安時代の『和名類聚抄』※1に「粥」がみえ、さらに同書では『四聲字苑』をひいて周(前1046頃~前256)という国の人が「粥」と呼んでいたことを紹介していますので、「粥」は非常に古くからあったことが分かります。

「茶」は、奈良時代の留学僧が中国から持ち帰ったことが始まりとされます。『日本後記』(815)には永忠という僧が、近江梵釈寺において嵯峨天皇に茶を煎じて奉ったことが記され、茶に関する日本最古の記録とされます。

「茶粥」はいつからあるの？

「茶粥」は、「奈良の大仏」で知られる東大寺盧舎那仏を造る際に各地から集められた大勢の人の食事をまかなうため、お米を粥に炊いたことに始まるといわれています※2。

また、天平勝宝4(752)年以来つづくという、東大寺の「修二会」※3という宗教行事に参加する練行衆の食事の献立に「あげ茶」「ごぼ」があり、奈良県では茶粥の歴史として紹介されています※4。

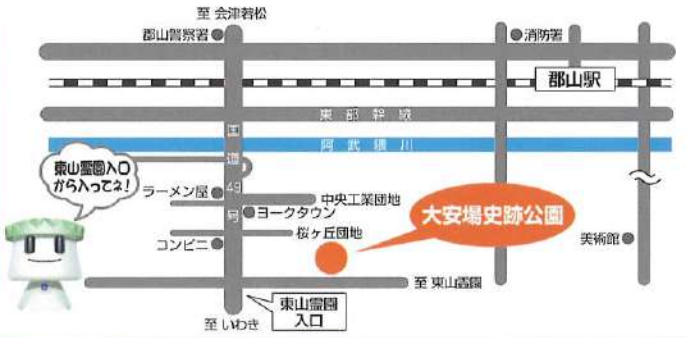
このように、古代から記録がある「粥」「茶」「東大寺の茶粥」ですが、近年では奈良県や和歌山県・山口県などで地域おこしのメニューとして見直されています。



「茶めし」は「茶粥」より水分を少なくして炊いたもの。「茶漬け」は冷飯に茶をかけたもので、水漬けや湯漬けに始まり、江戸時代には具を乗せて汁をかけたものも登場しました。「雑炊」は15C成立とみられる『下学集』に「増水」とみえ、「おじや」は16C成立とされる『大上臈御名之事(おおじょうろうおんなのこと)』に「雑炊」の女房ことばとして紹介されています。



大安場史跡公園管理センター
(公益財団法人郡山市文化・学び振興公社)
住所:福島県郡山市田村町大善寺宇大安場160番地
電話:024-965-1088 FAX:024-965-1090
Mail:oyasuba@bunka-manabi.or.jp
休館日:月曜日(月曜日が祝日の時は次の平日)
※公園は年中無休です。
ウェブサイトもチェック! 大安場史跡公園 検索



「粥」のなかまたち

「茶粥」に似た食べ物として「茶めし」があります。また、汁とごはんを一緒に摂る「茶漬け」や「雑炊」「おじや」があります。それぞれの違いについて考えてみましょう。



七草粥は材料を揃えるだけで大変なので、「おかいさん」という優しいひびきで呼ばれる「茶粥」をつくってみましょう。

つくり方

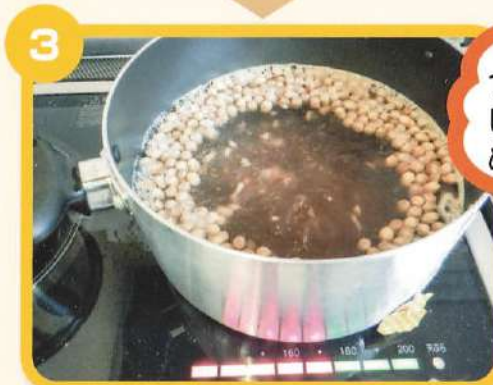
- 1 米を洗う(4人あたり2合前後)。
- 2 大豆を炒る(大豆を厚い紙皿にのせ、電子レンジで1分ごとに様子を見ながら炒る)。
- 3 鍋に水(2ℓ)を煮立て、火を止めてからほうじ茶(25g)を入れた袋を入れて煎じる。
- 4 別の鍋に水(米量の7~15倍)を煮立て、3で使用したほうじ茶の袋を入れた後、洗い米と大豆を入れて強火で炊く。(あまりかき混ぜると粘り気が出るので、しゃくしで時々返すぐらいにし、表面の泡はすくい取る。)
- 5 4の鍋が煮立ったら中火にし、米粒がふっくらとして芯がなくなったら、火を止めてしばらく蒸らす。(茶袋は茶の色が適当に出たときに取り出すが、最後まで入れていてもよい。)
- 6 5から米だけをすくい取り、各自に取り分ける。
- 7 取り分けた米に3の茶をかけ、好みにより塩を加えて味を整えて、できあがり。



材料 古代米が無いので今回は玄米に二十五穀米を加えました。



大豆を電子レンジで加熱。あらかじめ余熱し、500Wで2分。その後に様子を見ながら1分ずつ加熱し、今回は4分ほどでした。大豆はまんべんなく皮が裂ければOK!



つくり方「3」中火にしたところ。好みに固めのリゾット風でも。



できあがり。熱いのでお気を付けてください。

