

春分

卯月 20日
3月20日

太陽が真南から昇って赤道に沈み、昼と夜の長さがほぼ同じになる日。春と秋の境、清く静かな時季です。



春分料理
あらからと

春の彼岸は ぼたもちだけでは!

春の彼岸に仏様に供える「ぼたもち」。一般にはぼたもちですが、八代地域では何れも入れない米の餅団子を提供します。入吉球磨地域や天草地域では、あん入りの団子でサカトライブラの葉を団子の下に敷きます。入吉球磨地域では、他にも梅の葉、ニッケの葉を団子の下に敷きます。

清明

卯月 4日
4月4日

万物が芽吹き、清々しく明るく美しい季節。桜が咲き出し、雨の方ではつばねが舞ってくる時季です。



清明料理
あらからと

年中大活躍の名脇役「小豆」

行事ごとには欠かせない良穀です。赤い色もしているため、餅も餅で代る心象を醸し出す「いぼ」を、つくられるといわれています。



春分の朝らぎを感じる味
香の心機で、この季節に「ぼたもち」をお供え、いただきます。

ぼたもち
うらぶ米ともち米をいれてためたものをあんこで包んだものを、阿蘇では大きく作って供えます。

シャキッとした高菜は 阿蘇ならではの味

標高500~600mの高冷地の火山灰質の土壌で育つ阿蘇高菜は、小ぶりで葉が細く、シャキッとした歯ごたえが魅力で、漬け物に向いています。



清々しく明るく感じられる味
自然の恵みである高菜の神様を祀りて「小豆ご飯」が食べられます。

小豆ご飯
煮た小豆と煮汁を一鍋に炊いた「こぼん」を、毎月1日15日に仏壇へ供える地域もあります。

農耕の命綱・牛馬の神様の祭り

4月18日に行われる花箱(くらたけ)さんの祭りは牛馬の神様の祭りです。阿蘇の外輪山に稲品種現(くらたけごんげん)が祀(まつ)られていて、牛馬の栄えることを熱心に祈りあげます。特別な日なので小豆ご飯を作り、男性は煎餅汁を肴(さかな)にお酒を飲みます。

自然と共に生きてきた日本・熊本の食

自然との共生—日本の姿、日本食の原点

大自然が育む恵み豊かな日本では、昔から自然を崇拝し尊重する精神を育み、自然と共に暮らし、日本の気候風土に適した耕作文化が発達しました。特に、「熊本県」は森林水産物がとても美味しく恵まれたところです。季節を感じ、自然を尊重する精神を忘れずに、私たちは食前、食後に「いただきます」と「ごちそうさま」と、食材を育んだ自然や祖先、神々へ感謝を込めて口にします。

大地と人の体はつながっています

「陰陽五行説」という中国の思想があります。自然界のあらゆるものを陰と陽に分け、自然界は木・火・土・金・水の5つの要素で構成されているという考えで、日本料理のベースになっています。丸い器(陶)には四角い盛り付け(陶)、四角い器(陶)には丸い盛り付け(陶)。このように陰と陽を組み合わせるとバランスがよく、盛り付けた料理が美しくおいしくみえます。五行の5つの要素【季節は、春・夏・土用・秋・冬、色は、青・赤・黄・白・黒、味は、酸・苦・甘・辛・塩、臓器は、肝臓・心臓・脾臓・肺・腎臓】というように季節や色、味、臓器などにあてはめられています。例えば、冬は厚手の強い保存食を食べるべきで、春には熱っぽいものや山菜を食べると肝臓がリフレッシュします。大地と体は切り離せない関係にあるという意味で、その土地、その暮らしの中で育つものを食べるのが健康に良いとされる「身土不二」という言葉があります。最近では、野菜など品種改良や温室栽培などで、いつでも食べられるので旬がなくなりました。しかしながら、旬のものを食べる方が体に良いと言われているのは五行の思想から来ています。

食材の宝庫・熊本

東京のホテルで総料理長を務めていたとき、四季折々の食材を使った食のイベント「熊本フェア」を実施しました。熊本は食材の種類が多く、他県にはない美味いものがたくさんあります。しかし、熊本の方々がそのことに気づいておられないと思うのです。熊本は水がおいしく、水がおいしいと野菜、魚介類が優れています。このように、その土地で収穫されたものを使い、料理して食べることが精神的、肉体的、健康にも良いということを後世に伝えていくことは大事なことだと思います。

主山 憲幸

熊本県産物振興会 熊本県産物振興会 会長
熊本県産物振興会 熊本県産物振興会 会長
2017、2018、2019年熊本県産物振興会 会長
2017、2018、2019年熊本県産物振興会 会長

