

# 小暑

文月  
shousho

7月7日

梅雨が明け、強い日差しと共に暑さが本格的になってきます。暑中見舞いを出し始めるのもこの頃からです。

小暑料理あらかると



## 夏の始まりを感じる味

「涼みそば(夏蕎麦まんじゅう)」、7月後半の涼みそば「(そうめん)や「あんこかし」が食べられる。



## そうめんは、元々、中国のお菓子だった!?

そうめんの歴史については諸説ありますが、奈良時代に唐の面から伝わった新羅(さくべい)という菓子が、そうめんの元祖といわれています。鎌倉時代には、現在のそうめんの形・作り方・料理方法がほぼ作り上げられ、一般に食べられるようになったのは江戸時代からのことでした。

## 「がわっばに尻をぬかれんこつ」と祈る「川祭り」

水枯れや水害事故がないようにと祈り、日々の感謝を込めて夏まで「川祭り」を行います。東海の水源地に結びつけた野菜(ナス、きゅうり)を供えたり、極楽町では川のない地区では井戸をさかって甘酒まんじゅうを供え、農作業も休んでゆっくりおします。八代地域では川にお神酒(あき)と塩を流して、「がわっばに尻をぬかれんこつ(河原に川の中へひきずりにまれないように)」と祈ります。



## そうめん (写真は西北地方のえび出汁そうめん)

ゆでたそうめんを冷水で冷やして、つゆや出し汁につけていただきます。西北地方ではえびで出しを取る「えび出汁(だし)そうめん」を食べます。



小暑前に塩を少々入れよくねたものを15センチくらいに筒形に手でのばし、さつとゆでます。水気を切ってから、練つておいたあんこをまぶすことができます。

# 大暑

文月  
takusho

7月22日

本格的な夏が到来し、一年の中で最も暑い季節です。打ち水や風鈴の音などが一瞬の涼しさを感じさせてくれます。

大暑料理あらかると



## 甘酒まんじゅう

米麹(こめこうじ)を発酵させて作った糖を使った生地に小豆あんを入れ、さらに発酵させて蒸し上げます。



## 煮しめ

季節野菜やこんにやく、しいたけなどを丸のまま鍋に入れ、よく味が染みたら、酒を加え大きめに切り崩して平熱に盛り付けます。

## 南関揚げ 二度揚げでからっと!

薄切りにした豆腐を油で揚げたもの。熊本では南関揚げが有名ですが、大正時代はもう少し幅が狭く、身が厚いものでした。しかし、夏場風干りやすかったために、薄くしたことから現在のカタチになりました。



## 甘酒 飲む点滴!

ごはんに米こうじを煮て発酵し、米のデンプンを糖化させて作ります。アルコール含有はわずかで、ビタミン類、食物繊維、アミノ酸、大量のブドウ糖を含んで、「飲む点滴」とも呼ばれます。砂糖を調整し、熱くして飲む風習もあります。

## 大切に守り受け継がれてきた阿蘇の農耕祭事「御田祭り」

毎年7月2日、五穀豊穡を祈願して行われます。幕府時代は細川侯の名代が出向くほど、重要な祭りで、阿蘇開拓の神様・建御命(たけのみこと)が稲の生育(実をこぼす)になるために、御田祭(おかりの)に神幸(しんこう)されるというおの、司馬の神楽(みこし)、白衣を舞う舞上(まいかみ)に神様への供物をのせた宇奈利(うなり)と呼ばれる女性たちなどの行列が青田の中を歩きます。青々とした田と宇奈利の白衣の対比は美しく詩的です。祭りの前は農具より早く起きてまんじゅうや煮しめを作り、神様や信様に供えます。

