

お祭のもてなし

大和の年中行事を調べてみると、季節ごとのごちそうの膳に「**白和え**」が登場します。

春には山菜入りの白和え、夏にはキュウリなどの夏野菜、秋には柿やキノコ、冬にはキクナやホウレンソウと中身を変えて、いろいろなバリエーションを楽しんでいます。また、精進料理にはなくてはならない一品として、家の法事・仏事には白和えをつくります。

白和えの「白」は、炒りゴマと豆腐をすりつぶして砂糖と塩で味付けした「あえ衣」のことをいいます。

ゴマの味が香ばしい甘味のきいた白和え、特に柿の実のはいった彩りもきれいな白和えは昔から食べられているフルーツサラダ感覚のお総菜です。野菜・タンパク質・脂質をバランスよく取り入れた先人の知識に驚かされます。

