

# きょうどうりょうりしょうかい ああさかふ 郷土料理紹介～大阪府～

## きょうどうりょうり 郷土料理①かやくごはん

米と一緒に野菜や肉などを炊き込んだ、いわゆる炊き込みごはんのことを、大阪では「かやくごはん」と呼びます。大阪で特に親しまれている理由として、冷えてもおいしい、具材が豊富なのでおかずがなくても栄養がとれる、残った野菜を使って無駄なく作れる、という効率がよいところが、大阪の人の性格に合っているからだと言われています。ちなみに「かやく」とは「加薬」の意味で、旬の野菜を加えて栄養価を高め、薬効（薬の効きめ）をあげるところから名前が付きました。



## きょうどうりょうり 郷土料理②せんばじる船場汁



さばとたっぷりの大根などの野菜を煮込んで作る、しょうゆ味の汁物です。大阪の船場が発祥の地であるため、その名前が付けられました。時間をかけずに簡単に作ることができ、魚の頭や骨まで使うため無駄がなく、安く食べられることから親しまれ、定着しました。

## ああさか 大阪といえば、やっぱり粉もん！でも、どうして？

大阪ではお好み焼きやたこ焼きなど、小麦粉を使った「粉もん」グルメが有名です。その理由として、大阪は商人の町だったので、「安く、早く、おいしく」食べられるものが求められていたこと、ソース作りが盛んな土地だったことなどがあげられます。また、大阪城を建てた豊臣秀吉に仕えていた千利休が、お茶会の席で出したお茶菓子の中に、小麦粉を水で溶いて焼いた「麩の焼き」というものがあり、これをもとにしてお好み焼きが生まれたといわれています。

