

盂蘭盆会の行事食について

喜多野 宣子*

Japanese Festive Dishes Served at the Feast of Lanterns

Nobuko Kitano*

抄録

日本の家庭で伝承されていた行事食は外部化が進み、特に盂蘭盆会の精進料理は衰退の一途をたどっている。そこで、現在でも盂蘭盆会の精進料理を伝承している奈良県奈良市の家庭を対象とし、10年間の調査を行った。結果、調査期間中は料理の形式や内容はほぼ変化することはなかった。また、料理等の詳細な記録およびレシピを作成することで調理担当者以外でも料理の再現が可能となった。今後、各家庭の行事食レシピ作成を推進し、食文化の伝承に役立てたいと考える。

Abstract

Japanese festive dishes that have been handed down at home become increasingly outsourced. Especially, vegetarian dishes served at the Feast of Lanterns (Ullambana), a traditional Japanese Bon festival held on the 15th of August, follow a course of decline. Accordingly, we conducted a 10-year survey of households where the vegetarian dishes for the Feast of Lanterns have been passed down at home in Nara-city, Nara. The result showed almost no changes in style of dishes and contents of menus during the survey period. We also successfully recorded the details of the dishes and offered recipes for people other than descendants to reproduce these traditional dishes. The handing down of this dietary culture may be promoted by supporting each household to record the recipes for these festive dishes.

キーワード

行事食、盂蘭盆会、精進料理

Key words

festive dishes, Feast of Lanterns, vegetarian dishes

*きたの のぶこ : 大阪国際大学人間科学部准教授 (2015.12.4 受理)

I はじめに

和食は「日本人の伝統的な食文化」と題し、平成25年12月4日にユネスコ無形文化遺産に登録された。これを機に、フランス料理やイタリア料理等において日本の昆布をはじめとする出汁を使用した料理が考案されるなど、和食に用いる食材や調理法が世界的に広まるきっかけとなった。和食のユネスコ無形文化遺産への登録概要としては(1)多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重、(2)健康的な食生活を支える栄養バランス、(3)自然の美しさや季節の移ろいの表現、(4)正月などの年中行事との密接な関わりとされている¹⁾。日本の食文化は年中行事と密接に関わり育まれてきた。また、自然の恵みである「食」を分け合い、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めてきた。しかし、近年は日本の家庭内での伝統的な調理法や食生活は簡便化の一途をたどり、正月の「おせち料理」をはじめとする行事食や冠婚葬祭時の食事なども中食や外食の形式をとることが多くなった²⁾。特に若い世代は行事の概要について認識はしているが、食材や調理の知識や体験が少なく、次世代への伝承が危惧されている³⁾。中でも盂蘭盆会に関する料理は、果物や野菜などの生鮮食品や菓子類や麺類など加工食品そのものを仏壇に供え、料理したものを供えする習慣は衰退の一途をたどっていると考えられる(地域や宗派によっては調理したものを供えない形式を取ることもある)。さらに、お盆は夏季長期休暇と時期が重なることもあり、現在残っている盂蘭盆会の料理を家庭内で伝承することは困難な状況となっていると考えられる。奈良県における盂蘭盆会料理についての記録は、奈良県斑鳩地域の記録⁴⁾や葛城山麓のお盆の七色のおあえ⁵⁾などにみられるが、奈良市内における詳細な記録はほとんど見られない。

そこで本研究では、奈良県奈良市のI家に現在でも伝承されている盂蘭盆会の料理について材料や調理方法などを詳細に記録することを目的とし、調査を実施した。本文および図表の言葉は、調査対象者が使用した言葉をそのまま引用した。

II 奈良県奈良市I家について

1 I家の歴史および調査対象者

I家は奈良市内にて江戸時代から麻問屋を、明治時代からは蚊帳問屋を営んできた。昭和30年代ごろまで自宅兼工場および事務所として多くの従業員が家族と共に生活していた。現在、事業自体は行われていないが、年中行事や行事食についてはI家を生家とするIT様によって実施されていた。また、IT様の母親もI家が生家であり、行事食等料理の手法や味付け等は、料理を担う女性達によって伝承されたと考える。本研究では、元事業主の家族であるIT様(大正10年生)、次女であるII様(昭和26生)を対象に2002年から2012年の間、調査を実施した。

I家の宗派は浄土宗であり、仏事等はこの影響を受けているものと考えられる。蚊帳問屋を営んでいた昭和30年代までは、「おなこしさん」と呼ばれる女性従業員が行事食の仕

盂蘭盆会の行事食について

込み等を担っていたが、問屋業をやめてからはIT様ひとりで行事食の準備、調理を行っていた。

2 I家の年中行事について

現在、I家で伝承されている年中行事について表1にまとめた。年中行事の中には稲荷神に関するものもあった。I家の庭には、十数年前までは稲荷神を祀る社があり、現在は祭壇を家の中に設けている。これはかつてI家が問屋を営んでいたことに由来するものである。以上の事から、I家では仏事や祭事など行事ごとに料理を作る習慣があり、そのほとんどはIT様が担っていた。

表1 I家の年中行事

時期（新暦）	行事名	行事料理	備考
1月1日～3日	正月	おせち料理、雑煮	
1月4日	鏡開き	ぜんざい（割った鏡餅を焼き、入れる）	
1月7日	（行事名なし）	七草粥	
1月15日	小正月	小豆粥	
2月3日	節分（年越し）	巻きずし、節分豆	
4月3日	ひな祭り	（行事食なし）	*旧暦で祝う
7月13日	祇園さん	南瓜となすびの炊いたやつ、じゃこ入りのキュウリモみ	*八坂神社祇園社
8月	地藏盆	（行事食なし）	
8月13日～15日	お盆	精進料理	
9月	彼岸	おはぎ（こしあん、きなこ）	
10月	八幡さんのお祭り	（行事食なし）	*手向山八幡神社
10月	お月見	月見団子	
12月8日	おひたきさん・お稲荷さん、味噌仕込み	赤飯、お揚げさん、野菜の天ぶら、五目豆	*雑煮用の味噌の仕込み
12月17日	御祭り	のっぺい	
12月28日	餅つき	（行事食なし）	
12月31日	大晦日	年越しそば	

Ⅲ I家における盂蘭盆会の行事および行事食について

1 I家の盂蘭盆会の行事について

I家における盂蘭盆会の行事は、先祖が西方浄土から家にお帰りになる8月13日の午後から西方浄土に戻られる8月15日午後までをその期間とし、この期間前後で準備と片付けが行われる。盂蘭盆会のスケジュールを表2に示した。仏壇の供物はハスの花、素麺（乾物のまま）、ササゲ（サヤのまま）、ナスなどの野菜や桃などの果物である。基本的に1日3回

料理を供えるが、仏壇以外に無縁仏にも同じものを供えた（図1）。また仏壇から下げた料理等は家族が食す。I家では、第二次世界大戦前は盂蘭盆会の期間が終わると、仏壇の供え物は全て近くの川に流したが、戦後の食糧難を機に家族や従業員が食すようになった。

表2 盂蘭盆会スケジュール

	朝前	朝	昼前	昼	昼後	夕	夕後	備考
1日目 8月13日	・仏壇と庭の無縁仏に供物をお供える	・線香に火をつけ表玄関まで仏様をお迎えし、煙に乗せて仏壇へ導く	・仏壇にお茶をお供える	・おっさん(僧侶)がお参りに来られる	・お茶を下げる*1	・ササゲ粥と漬物をお供える	・お粥と漬物をお供えた後、お茶をお供える ・ご詠歌をお供える	*1 お茶は餓鬼に与えるため、庭にまく。 *2 素麺の具材を煮た煮汁を薄めたものをつゆとして使用する。 *3 以前はお茶の代わりに小イモの根イモの味噌汁を器に入れ供えた。 注) 料理、お茶などの供え物は仏壇、無縁仏共に同じものとする。
	料理の仕込み			・小豆・ササゲの下処理	・ササゲ粥調理			
2日目 8月14日	・茶をお供える	・おはぎ(こはんとときなこ)をお供える	・おはぎを下げる、お茶をお供える	・お茶を下げた後*1、白飯とナスの山椒胡麻和えをお供える	・お茶をお供える	・お茶を下げた後、素麺*2をお供える	・素麺をお供えた後、お茶*3をお供える ・ご詠歌をお供える	*3 以前はお茶の代わりに小イモの根イモの味噌汁を器に入れ供えた。 注) 料理、お茶などの供え物は仏壇、無縁仏共に同じものとする。
	料理の仕込み	・おはぎの仕込み(米を炊く、あんの調整)		・ナスの山椒胡麻和えの調理、白飯を炊く	・シイタケ、カンピョウの下処理	・素麺をゆでて冷ます ・シイタケ、カンピョウを煮る	・本膳料理の準備	
3日目 8月15日	・お茶をお供える	・お茶を下げた後、小豆粥をお供える	・お茶	・本膳をお供える	・本膳を下げる、お茶と果物(スイカ)をお供える	・夕刻前にご詠歌をもうした後、線香をつけて家の西端まで供物、供花をまとめて携え、西方浄土へ送る。		*3 以前はお茶の代わりに小イモの根イモの味噌汁を器に入れ供えた。 注) 料理、お茶などの供え物は仏壇、無縁仏共に同じものとする。
	料理の仕込み	・小豆粥の調理	・本膳料理の準備 ・赤飯の仕込み	・本膳の仕上げ、赤飯を炊く、盛り付け				



図1 盂蘭盆会供物の例（2日目昼）

*写真右：無縁仏用供物

盂蘭盆会の行事食について

盂蘭盆会に作られる精進料理は調査開始の2002年～2012年の10年間、ほぼ変わることがなかった。年によっては同じ料理でも食材の一部が変化することがあった。変化する理由としては、盂蘭盆会の行事食の食材の一部はI家の庭や菜園で収穫されたものや、知り合いの農家で作られた野菜や豆を使用するため、その年の収穫の状況により変化したものと考えられる。出汁の材料や調味料については10年間変化がなかったが、その他の食材については臨機応変に対応する様子がうかがえた。例えば、本膳料理の副菜についてある年では「きゅうりもみ（きゅうりの酢の物）」、またある年では「糸瓜の酢の物」や「サヤインゲンの胡麻和え」など食材や料理に変化が見られた。

盂蘭盆会に供する料理を表3に示した。これらの料理は、3日目の昼に供する本膳料理以外は品数も少なく、詳細な記録がなくとも作る料理名を記録するだけで日常調理を担当している人ならだれでも準備できるように見える。しかし、料理に使用する食材の一部は、盂蘭盆会が行われる夏以前に入手し、下処理した後保存したものであった。さらに、出汁に使用する食材や赤飯の色の付け方等、一般的な調理法とは異なる料理もあった。これらのことから、詳細な記録なしでは料理の再現が困難となる料理が多くみられた。

表3 盂蘭盆会料理等一覧

	朝前	朝	昼前	昼	昼後	夕	夕後
1日目 8月13日			お茶		お茶	ササゲのお粥 漬物（奈良漬）	お茶
2日目 8月14日	お茶	おはぎ（2種） 【餡、きな粉】	お茶	白飯 茄子の山椒胡麻和え	お茶	素麺* 【具材：しいたけ、 かんぴょう、柚皮】	お茶
3日目 8月15日	お茶	小豆粥	お茶	本膳【煮物（シイタケ、カ ンピョウ、高野豆腐、お あげ、小芋、ゴボウ、湯 葉、ぜんまい）、和え物、 飯（赤飯）、汁物、漬物】	お茶 果物		

* 素麺の具材を煮た煮汁を薄めたものをつゆとして使用する。

2 盂蘭盆会に使用する食材について

精進料理では避けるべきと考えられている食材がある。動物性の食材、すなわち肉類、魚類およびこれらの加工食品（かつお節、煮干しなど）と、五葎（ごくん）と呼ばれる植物性食品（ネギやニラ、ニンニクなど）である。よって、盂蘭盆会における精進料理の食材は穀類、野菜類、豆類とその加工品、香辛料や種実類が使用されていた。精進料理で用いた食材を表4に示した。

本膳料理で使用するサトイモは、小ぶりで形が整っているものを選び、丁寧な下ごしらえが施されていた。「ナスのおあえ」に使用する山椒の実は、その年の5月に自家の庭から

表4 精進料理に使用する食材（2002～2012年）

分類	食品名	備考
穀類	うるち米、もち米、素麺、焼き麩	
いも類	里芋*1	*1 小ぶりなものを選び、ゆでた後皮をむき冷凍保存
豆類	ササゲ*2、小豆、乾燥湯葉、高野豆腐、薄揚げ	*2 小豆で代用した年もあり
野菜類*3	ナス、キュウリ、ゴボウ、オクラ、イトウリ、ミョウガ、インゲン、カンピョウ（乾物）、干しシイタケ（冬菇）、	*3 生鮮野菜類は年により変化あり
果実類	ゆず（皮）*4	*4 ゆずの皮を冷凍保存させたもの
山菜類	ぜんまい	
種実類	白ごま（炒り）	
海藻類	昆布	
香辛料	山椒の実*5	*5 5月ごろに山椒の実を収穫し、ゆでて冷凍保存
調味料	砂糖、塩、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ	

調達し、丁寧に実だけを枝からとり、下ゆでしアクを取った後、表面が乾燥する程度に乾かした。下処理済みのサトイモと山椒の実、そして柚の皮は盂蘭盆会まで冷凍保存した。その他生鮮食品等の食材については、盂蘭盆会直前に買い揃えた。

3 盂蘭盆会の調理方法について

盂蘭盆会の調理方法の中で一般的な調理方法とは異なるなど特徴が見られたものについて述べる。

3.1 ササゲと小豆の調理

盂蘭盆会で調理された赤飯は通常のレシピで調理したものに比べ赤色が濃く仕上がっていた。これは、1日目に下処理したササゲ粥のササゲとおはぎの餡用に小豆を炊いたときの煮汁を加工したものをを用いるためである。

一般的には小豆などを煮た1回目の煮汁はアクを取り除くため捨て、再度豆を煮た煮汁を冷まして赤飯等を炊く際に使用することが多い⁶⁾。しかし、I家ではアクを含んでいる煮汁も容器に入れておき、2度目の豆を加熱した煮汁も使用した。煮汁は豆を取り除いた直後の熱い状態の時に炭酸（重曹）を加え、煮汁が空気に触れるよう激しくかき混ぜた。すると煮汁の色が濃く変色した。この煮汁を本膳の赤飯を炊くときに添加するため、通常より色の濃い赤飯が仕上がるのである。また、煮汁に入れた重曹（炭酸）は水を弱アルカリ性とするため、豆と米が軟らかい赤飯が炊き上がったと考えられる。ササゲと小豆の下処理と料理について図2に示した。一般的な赤飯のレシピの中には、小豆を煮た1回目の煮汁を利用する方法が記載されたものもあったが、重曹の添加はみられなかった⁷⁾。

盂蘭盆会の行事食について



図2 ササゲと小豆の下処理法と料理

3.2 出汁について

精進料理の出汁は、一般的には昆布と干しいたけが主流であるが、I家においては昆布とかんぴょうを戻した汁の混合出汁を多用していた。かんぴょうは軽く洗った後、水で戻す。この戻した水を残しておき、中に昆布を入れる、または別にとっておいた昆布出汁を混ぜて煮物等の煮汁として使用していた。この出汁は素麺の具材や本膳の煮物を作る際に使用していたが、どちらの料理にも干しシイタケが具材として入っているので、シイタケのうま味も浸出しているものと考えられ、様々な植物性食品に含まれるうま味関連成分の相乗効果によりうま味を感じる料理となったのではないかと考える。

3.3 乾物の処理法について

精進料理で使用する乾物には、干しいたけ、乾燥湯葉、かんぴょう、高野豆腐、ぜんまいがあった。干しシイタケ、ぜんまい、高野豆腐は一般的な下処理法で戻す。かんぴょうは、そのまま水で戻すのではなく、かんぴょうの長さを二等分とした後、結び目を数個作ってから水に浸す(図3)。結び目は少しゆるめで余裕を持たせないと、煮ても結び目部分が固くなり食べづらくなり、味がしみ込みにくくなるためである。この結び加減はかんぴょうの太さなどで微妙な結び加減が必要であった。乾燥湯葉は市販されている状態(数層にたたまれた状態)で皿等の上に置き、本膳の煮物が出来上がった時の熱い煮汁を上からかけ、軟らかくする。軟らかくになったら湯葉を細長く巻き、適当な大きさに切る。薄い湯葉を破ることなく盛り付けに適した形に整えやすい方法だと感じた。

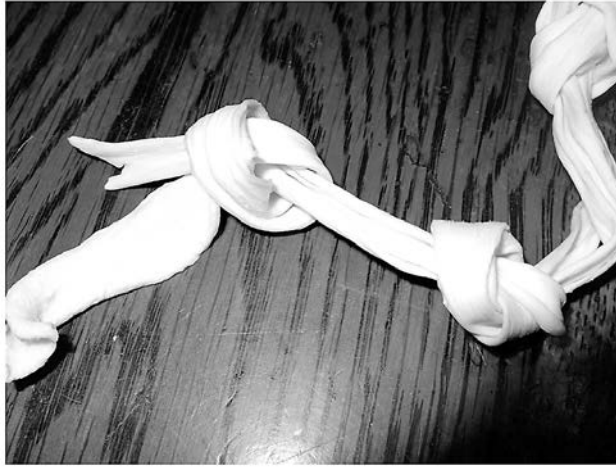


図3 かんぴょうの処理

3.4 煮物の味付けについて

煮物の味付けは、薄口しょうゆ、塩、砂糖（上白糖）、清酒のみであった。みりんは全く使用しなかった。調味料を計量することはなく、大さじや計量カップなどの計量器は全く使用されなかった。味見を数回行いながら味をととのえる方法であったため、調味料の正確な分量等を計測することは困難であった。ビデオ撮影等により分量を推測し記録した。さらに調査の度に味見を何度もさせていただき、自身で作って見たが出汁の濃淡などにより微妙に味が変わり、I.T様の味を再現することは困難であった。I.T様によると、精進料理など肉や魚を使用しない料理では、砂糖の添加量を増やすことで煮物の味が決まるとのことであった。煮物の味付けに使用した調味料とその分量は、出汁500cc、酒125cc、砂糖大さじ8、薄口しょうゆ大さじ3としたが、味が薄かったため今後検討する。

3.5 本膳の盛り付け方および配膳について

本膳の料理は赤飯、汁物、煮物、酢の物、漬物である。本膳の料理を盛り付ける食器は赤い漆塗りの椀等であった。本膳料理の写真を図4に示す。煮物はまず三角形に切った揚げを椀の底に敷き、その後かんぴょう、高野豆腐、湯葉、ゴボウ、ぜんまいを加え、その上に形の良いシイタケを乗せたのち、柚皮などを天盛りにする。高野豆腐は縦半分にしたものを斜めに包丁を入れ、斜めの切り口を上にして盛り付けた。赤飯も器に入れた後、中の赤飯を揺らし、盛り上がるように盛り付ける「鼻つき飯（はなつきめし）」の形をつくった。仏壇に本膳を供える際は、必ず仏壇側を前に、つまり仏様に召し上がっていただく向きで配膳するため、箸は膳の向かい側となる。



図4 本膳盛り付け

IV 今後の課題

盂蘭盆会の行事食について調査を実施した。年に1度しか作らない行事食は、単に調理するだけでなく、材料調達から関わる必要性を感じた。つまり、使用する食材の下処理から調理の全てを毎年経験することで身につくものである。特に「味」の伝承においては、使用した食材の味自体が影響するなど、安定した味を得ることがとても困難であった。今後、盂蘭盆会を含めた全ての行事食のレシピを作成し、再現したものを当事者の方に試食していただきながら行事食のレシピを完成させる予定である。また、本校人間健康科学科開講科目である応用調理実習におけるレポート課題「我が家の雑煮レシピ作り」を継続するだけでなく、レシピに残すことの意味や意義について次世代を担う学生達に伝えていきたいと考える。

注

- 1) 農林水産省、「『和食』紹介リーフレット」
- 2) 林俊郎『子どもの食と栄養』、一藝社、2013年。
- 3) 田原 美和・森山 克子・東盛 キヨ子・金城 須美子「沖縄の清明祭の行事食の現状と伝承に関する一考察」、『日本調理科学会誌』第48巻、第11号、2015年。
- 4) 富岡典子『大和の食文化』、奈良新聞社、2005年。
- 5) 日本の食生活全集奈良編集委員会『聞き書き奈良の食事』、農山漁村文化協会、1992年。
- 6) 新料理研究会『基礎から学ぶ調理実習』、理工学社、2010年
- 7) 田村耿二『生活実用シリーズ秘伝おかずづくり』、日本放送出版協会、1996年。