

11月27日（水）

きょうは、“おでん”についてのお話をします。

“おでん”は、漢字で書くと平仮名の“お”に“^た田^たん^たぼの^た田”と書きます。“^た田^たん^たぼの^た田”を書くのは、もともと、^{とうふ}豆腐にみそを付けて焼く料理の「^{でんがく}田^{がく}楽^{とうふ}豆腐」のことを言っていたからです。^{でんがく}田^{がく}楽の^{でん}田は、^た田^たん^たぼの^た田の字を書きます。しかし、時代が流れるにつれ、「^に煮^こ込み^{でんがく}田^{がく}楽」→「^{でんがく}田^{がく}楽」→「^{でんがく}お^{でん}田^{がく}楽」→「おでん」というように名前が変わっていきました。「おでん」には、たくさんの具材が使われていて、特に、魚の^ね練^{もの}り物が多く使われます。魚の^ね練^{もの}り物は、魚の^み身を皮や^{ほね}骨ごと一緒に^ね練^{えいよう}って作っていますので、魚の^{えいよう}栄養をまるごと^と摂^とることができます。^{ほね}骨ごと食べることで、カルシウムをいっぱい^と摂^とることができますので、残さずにしっかり食べましょう。