

2月9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^んぼの^た田”と書きます。“^た田^んぼの^た田”を書くのは、もともと、^{とう}腐^ふにみそを付けて焼く料理の「^{でん}が^くど^うふ^ふ田^{でん}楽^が豆腐」のことを言っていたからです。田^{でん}楽^がの^{でん}田^{でん}は、^た田^んぼの^た田^{でん}の字を書きます。しかし、時代が流れるにつれ、「^に煮^こ込み田^{でん}楽^が」→「^{でん}が^く田^{でん}楽^が」→「^{でん}が^くお^{でん}田^{でん}楽^が」→「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^ほ骨^ねごと一緒に^ね練^{もの}って作っていますので、魚の^{えい}栄^{よう}養をまるごと^と摂^とることができます。^ほ骨^ねごと食べることで、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。