日本の年中行事と食

6

花見と桜餅

四季折々に行われる日本の年中行事に関連する「食」を紹介する連載企画。第6回は、1000年以上にわたって人々に親しまれる行事、花見と、桜餅について紹介します。

花見とは？

桜が咲く３月下旬から４月下旬頃に行われる行事のことです。その歴史や由来と、花見の時期によく食べられる桜餅についてご紹介します。

監修：（一社）和食文化国民会議

平安貴族の行事から、江戸時代には庶民の楽しみへ

花見の起源は、中国から伝わった宴の文化にあるといわれています。奈良時代は貴族が桜ではなく梅の鑑賞を楽しんでいたと伝えられます。平安時代になると、日本人にとって神聖なる木とされている桜の花を愛でるようになり、貴族たちは満開の桜の木の下で蹴鞠をしたり歌を詠んだりして花見を楽しんでいたようです。

その後、花見は農民の間にも広がりました。農民にとって春は田畑仕事の始まりの季節であり、桜の花を愛でる行事には災厄を祓って五穀豊穣を祈る宗教的意味合いも込めつつ桜の木の下での宴会や野遊び、山遊びが行われたようです。

今でいう花見を庶民が楽しむようになったのは江戸時代の寛文年間頃から。その頃は寺や神社の境内に咲く花の鑑賞を楽しんだようですが、享保年間に入ると時の将軍徳川吉宗が飛鳥山や隅田川堤などに数千本の桜を植えて花見を奨励。庶民は満開の桜の下へ繰り出し、お弁当を食べながら花見を楽しむようになったといわれます。

寺の門番が考案した塩漬けの葉で巻く餅が発祥

隅田川沿いの桜

花見の季節になるとよく食べられる桜餅は、江戸時代中期頃、桜の名所で知られる隅田川沿いの長命寺の御用を務めた山本新六が考案したといわれます。新六は大量に散る桜の葉を見ながら何か利用できないかと考え、塩漬けにした葉を餅に巻いて販売するように。その味がまたたく間に評判を呼び、全国に広がったと伝えられます。

素材や形状も全く異なる関東風、関西風の桜餅

桜餅は、地域によって素材や形状が異なる点も特徴です。

関東の桜餅は、小麦粉や白玉粉を水で溶き、食紅で桜色に染めて焼いた薄い生地でこしあんを巻いたもの。一方、関西風は大阪が発祥とされ、もち米を蒸して乾燥させた後に粗く挽いた道明寺粉を用い、つぶあんやこしあんを包んで蒸し上げます。つぶつぶとした食感が特徴です。どちらも塩漬けにした桜の葉で包み、あんの甘味と桜の葉のほのかな塩味が絶妙に調和。桜の芳香も口に広がり、上品な味わいが楽しめます。

全国的には関西風の桜餅が多い傾向にあるといわれていますが、明治時代に東京から桜餅が伝わった島根県や鳥取県は関東風が主流です。また、北前船を通じて関西との交流があった北海道では、関西風の桜餅が多く見られるなど、地域ごとの違いも日本の食文化の魅力の一つといえるでしょう。

関東風の桜餅

桜餅

老舗菓子舗「鶴屋八幡」に教わる関西風の桜餅。贅沢に桜の葉を2枚使って、春の香りを感じながら作ってみましょう。

中村隆英さん

大阪名物「百楽」で知られる1863年創業の「鶴屋八幡」製造部 部長。同店工場にて各種あん焚きなどの腕を磨いたのち、2025年より現職。30余年のキャリアで老舗の味を守る。

材料　約10個分

道明寺粉	130グラム	桜の葉（塩漬け）	20枚
水	130ミリリットル	上白糖	30グラム
食紅	適量	砂糖水	少量
こしあん（市販品）	200グラム		

作り方

1

ボウルに道明寺粉をあけ、米を洗う要領で洗う。**水を加えて、食紅を写真のようなピンク色になるよう数滴加えて混ぜる。**道明寺粉が水を吸い切ったらラップまたは布に広げ、約30分蒸す。

2

蒸している間にこしあんを10個（1個20g程度）に分け、**手のひらをこすり合わせるようにして丸める。**

3

桜の葉をとり、1枚ずつすすぎ、水に漬けて塩抜きをする。塩味の好みに応じてさっとすすぐだけでもOK。

4

蒸し上がった1をボウルに移し、上白糖を混ぜる。**潰さないよう、すし飯を切るように混ぜるのがポイント。**混ぜたらさらに5分ほど蒸す。

5

砂糖水を手のひらにつけ、4を軽くこねるようになじませて混ぜる。道明寺粉が温かいうちに10個（1個30グラム程度）に分ける。

6

手のひらで円形に延ばし、中央に2のこしあんを置く。持ち手を回転させながら包むのがポイント。

7

冷ました6をとり、桜の葉ではさむように包む。開いた時に香る風味ごと楽しんで。

取材協力 **御菓子司 鶴屋八幡 大阪本店**

所在地　大阪市中央区今橋4-4-9

電話　06-6203-7281

営業時間　8:30～19:00
（土・日曜、祝日～17:00）

定休日　無休

URL　www.tsuruyahachiman.co.jp

楽し味（たのしみ）プロジェクト

#楽し味くらぶに参加しませんか？

季節ごとの食材を大切にし、旬を味わうことができる「和食」。栄養バランスに優れ、訪日外国人旅行者からも高い支持を集めています。そんな和食を「知る→食べる→作る」を楽しみながら体験できる流れを官民共働で取り組んでいくのが「楽し味プロジェクト」です。「#楽し味くらぶ」は、SNSで推しの郷土料理を#食べてみた、#作ってみた、と発信する取組です。是非、皆さんも一緒に活動してみませんか？

https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/culture/enjoy-washoku/index.html

楽しもう！にほんの味。