

## 5. 関連資料等

### (1) 東大阪地域の郷土食

名前	おもな材料	説明	地域
生節の押しずし	生節、ずし飯	秋祭りやハレの日のごちそう	東大阪全域
茶粥	米、粉茶	農家の朝食やおやつに食べられていた	東大阪全域
おみい	米、味噌	味噌で味をつけたおかゆ、正月のごちそうで疲れた胃、腸を休ませる。もちやそうめんなどを加えることもあった。	東大阪全域
じゃこ豆	大豆、川えび	秋祭りや農繁期の保存食	東大阪全域
じゃこ豆	大豆、小鮎	田の水切時に捕れた川魚と大豆の煮物	東大阪全域
鮎のこんぶ巻き	鮎、昆布	ため池の水抜き時、鮎捕りをし炭火で焼いた後昆布で巻いて煮る	主に東地区
干しかぶらのみそ汁	干しかぶら、豆腐、油揚げ	節分に塩いわしとともに食べた	東大阪全域
月見の煮物	こいも、なす、千石豆	中秋の名月の煮物	東大阪全域
かしわのすき焼き	鶏肉、内臓、ねぎ	祭りや来客時などのもてなし料理	東大阪全域
八はい	木綿豆腐、油揚げ	おいしかったので八はい食べたとのいわれがある	東大阪全域
あんころもち	餅、つぶしあん（こしあん）	秋祭りなどにもちをつき、やわらかいうちにあんをつけて食べた	東大阪全域
半夏生団子	餅、小麦粉、きなこ	夏至から11日目農作業の半分が過ぎたころ、団子とたこを食べた	東大阪全域
こうこの混ぜずし	たくあん、ずし飯	年末に漬けたたくあんを具にした慎ましいずし	東大阪全域
しんかい	夏野菜、味噌、ごま	お盆のお供え料理。夏野菜を味噌で和えた	東大阪全域
ずいきの煮物	ずいき、あげ	里芋の茎の煮物	東大阪全域
菊菜のおひたし	春菊	地場野菜の春菊をお浸しにした、日常食	東大阪全域
なっばのたいたん	大阪しろ菜、油揚げ	大阪しろ菜と油揚げの煮物、日常食	東大阪全域
わけぎのぬた	わけぎ、味噌	わけぎの酢味噌和え、日常食	東大阪全域
あかえいの煮物	あかえい	赤えい（魚）の煮物、日常食	東大阪全域
鯨と水菜のはりはり	鯨肉またはコロ、水菜	鯨と水菜の煮物、日常食	東大阪全域
生節の煮物	生節、ねぎ	生節の煮物、日常食	東大阪全域
鱧の子の卵とじ	鱧の卵、鶏卵	鱧の卵を煮て鶏卵でとじる、日常食	東大阪全域

#### 参考文献

「中河内・母ちゃんの味」（中河内地区生活改善グループ）昭和61年発行  
「太陽と雨と土のめぐみ」八尾の郷土食と21世紀につなぐ実行委員会  
「聞き書き大阪の食事」（社）農山漁村文化協会  
「今も伝わる大阪のごはんとおかず」創元社  
その他 「東大阪市食生活改善推進協議会会員」からの聞き書き