

日本全国のおいしいが買える一冊

Bd
Beautiful dish

お取り寄せ
絶品8種
からだ喜ぶ
生姜を堪能

とっておきの鍋厳選しました。

今夜楽しむ ごちそう鍋

TAKE FREE 11
November 2015
無料・毎月発行

掲載商品は
インターネット
よりご購入で
きます

掲載した全ての商品はHPから購入できます
<http://beautiful-dish.com>
ビューティフルディッシュ 検索



カラダにやさしい & おいしい 宅配。

ローソン フレッシュ

ローソンフレッシュは健康とおいしさをお届けします。こだわり野菜をはじめ生鮮食品から日用品・医薬品まで約16,000点からお買いものできる宅配サービスです。

Fresh

ローソンフレッシュだから
新鮮でおいしい!

産地と旬そして鮮度に
こだわった商品



採れたて野菜を
選りすぐって出荷

産地からご自宅まで
鮮度を徹底管理



Healthy

ローソンフレッシュだから
毎日健康!

低農薬栽培の野菜



ナチュラルローソン
基準のオリジナル商品

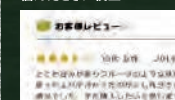
糖質控えめ
「フラン」シリーズ



Useful

ローソンフレッシュは便利!

悩んだときに役立つレビュー



夜遅い時間も
受取できる



週イチ宅配



簡単な料理キットで、
わずか10分で本格料理

好きな曜日・時間帯にお届け、
しかも最短前日まで変更可能

パソコン・スマホで24時間注文可能



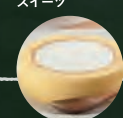
Yummy

ローソンフレッシュだからうまい!

有名シェフ監修の
タイアップメニュー



ローソン店舗で
人気のウチカフェ
スイーツ



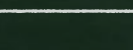
お弁当にピッタリ



数量限定の厳選・
特選食材



国産原料へのこだわり



Happy

ローソンフレッシュはワクワク楽しい!

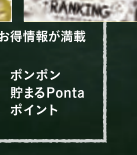
医薬品含む約16,000点の
品揃え、あったらいいのが
見つかる



680円 訳あり品
今週のセール

日替わりおすすめ商品・お得情報が満載

Buyer's choice
今週のセールの
RANKING



ポンポン
貯まるPonta
ポイント

いつもの買い物が楽しくなる。いつもの食事が充実する。

お得なセールも開催中!



ローソンフレッシュ で検索!



美味しいがいっぱい！ビューティフルディッシュ公式 HP



掲載した全ての商品はHPから購入できます。

<http://beautiful-dish.com>

ビューティフルディッシュ

検索

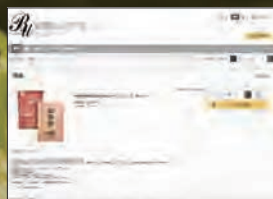
購入の流れ

掲載した商品は公式ホームページで購入できます。

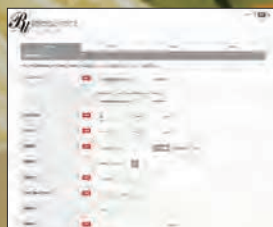
①まずはビューティフルディッシュの公式ホームページへアクセス。画面下の「ビューティフルショッピング」から商品の購入ページへ。



②過去に特集したテーマごとに商品をカテゴリー分けしています。気になる商品を見つけたらクリックして詳細をご確認ください。



③詳細ページでは、内容量・生産地・配送方法・賞味期限などの情報を確認できます。購入する場合は「カゴに入れる」をクリック。



④買い物カゴでは、お届け先など、お客様の情報を入力していただきます。入力に誤りがあると注文完了できません。正確に入力！



⑤最後に「注文を確定する」をクリックすると注文完了です。代金や配送日時など、詳しくは後日メールさせていただきます。

11

今月の特集

今夜楽しむ ごちそう鍋

04 特集：冬を楽しむごちそう鍋

06 日本全国ごちそう鍋マップ ～東日本編～

08 日本全国ごちそう鍋マップ ～西日本編～

10 九代目ちゃんこ鍋 ～株式会社巴漕～

12 鴨鍋セット ～有限会社カナル～

14 鴨麻辣鍋、鴨しゃぶ鍋 ～有限会社カナル～

16 生つみれとふぐ鍋セット ～株式会社藤フーズ～

18 ふぐの雪見鍋、冬のちり鍋 ～株式会社藤フーズ～

22 Fantastic Food Show

24 からだがよろこぶしょうがのお話

今月も全国の
美味しいものを
お届けします

Bd
Beautiful dish

何故、人は鍋に魅了されるのか？ 意外と知らない鍋のこと

『鍋』の語源って??

なべの語源は「肴盃なへ）」という言葉だといわれています。土焼きの器でものを煮たところから、この言葉が生まれたそう。それぞれの漢字は、肴は『さかな』、盃は土焼きの『かめ』を意味し、「埵」の字が当てられるようになりました。そしてその後、鉄器の普及によって漢字も金偏が使われるようになり、現在の「鍋」という字が生まれたといえます。

「鍋料理」がひとつの料理のジャンルになるまで

「鍋料理」と聞くと古くからある日本の伝統料理、というイメージが強いと思います。でも実は、私達がイメージする「団欒」の象徴のような鍋料理の形になったのは、意外にも江戸時代の後期とされています。

「鍋」そのものは、縄文式土器の土鍋が始まりのようです。そのころの鍋は直火にかけて「焼く」ためのものでした。その後、「汁もの」や「煮もの」などの「煮る」という調理方法が現れ、少しかだけ鍋料理の原型のようなものが見えてきます。江戸に入り、日本料理というものが確立され始めると、「鍋」は格の低いものとされます。その理由は、日本料理の基本が「二人一膳」だったためで、同じ鍋に箸を入れてつきあうということが、不作法であると考えられていたようです。

また、このころの「鍋」は炊事道具として、とても神聖なものという考えがあり、直接箸を入れて食べることは「鍋を汚す」として、上流階級ではタブーとされていたとも言われています。

そして、江戸も中期を過ぎると、炊事道具としての大鍋ではなく、食卓に持ち出す「小鍋立て」（少人数分の鍋）が流行り庶民にも鍋料理が広まります。時代が変わり、文明開化とともに流行した「牛鍋（＝すきやき）」の登場で、鍋料理が更に隆盛となります。

それまで、仏教伝来以降、肉食は禁止されてきた日本において、富国強兵の名の下で、肉を食べることが推奨されたからです。

このようにして、鍋料理は、囲炉裏から卓上へと移り、「鍋料理」という一つの料理のジャンルとして確立されたのです。

鍋の歴史年表

平安	「鍋」、「埵」が文献に登場
江戸	日本料理の成熟期、後期には庶民に小鍋立て(少人数分の鍋)が流行
明治	牛鍋の登場とともに、鍋料理が家庭料理として定着
大正	関東大震災を機に関西の味が東京に入ってくる
昭和	炭火に変わり、都市ガス・プロパンガスが普及し鍋料理のスタイルが変化
平成	ヘルシーブームで、鍋料理への関心が高まる



日本全国 ごちそう鍋マップ

〜東日本編〜

鍋といっても種類は様々。地域の特産品を使ったものから変わりダネまであります。たとえば、北海道では名産を使った「石狩鍋」。秋田ではお米を練って焼く「きりたんぼ鍋」。日本全国にはさまざまな鍋があります。今回はそんな全国の鍋をご紹介します。みなさんを鍋の世界へご案内致します。

青森

じゃっば汁

青森の冬を代表する鱈(タラ)のじゃっば(アラ)と野菜などを煮込み、塩や味噌で味付けした、青森の郷土料理。栄養価が高く、心身ともに温まるので、家庭でも人気の定番料理。

北海道

石狩鍋

北海道石狩市発祥の郷土料理。サケの身のぶつ切りに中骨などの「あら」を入れ、野菜は甘みを引き出すためにキャベツやタマネギを使う。その他豆腐、ツキコンニャクなどの具材が入り、しょうゆ、または塩、味噌で味付けされる。

秋田

きりたんぼ鍋

つぶした粳米のご飯を竹輪のように杉の棒に巻き付けて焼き、棒から外して食べやすく切ったきりたんぼ(切蒲英)と、比内地鶏でとった鶏ベースの醤油スープ。他の具材は、ゴボウ・鶏肉・マイタゲ・ネギ・セリなどが基本とされる。

岩手

のっぺ汁

豆腐入りのすまし汁の上にとろろを入れたもの。見た目が「ノッペリ」としているところから、その名前がついたとも言われている。精進料理として出されることが多い。

新潟

のっぺい汁

里芋、人参、大根、こんにゃく、れんこんなどの野菜類に鶏肉を加えだし汁で煮込んだとろみのある汁物。冷やして食べるのが一般的だが温かくしても美味しい。新潟では、サケといくらを入れるのが一般的とされる。

山形

芋煮鍋

その昔、船頭が退屈しのぎに近隣の農家から買った里芋と積み荷のタラを鍋にして野宴をしたのが始まりと言われる。今では新年会・忘年会と並び「芋煮会」が欠かせない山形の年中行事となっている。

宮城

牡蠣鍋

県産の牡蠣をふんだんに使った、宮城県を代表する冬の味覚。宮城県産の牡蠣と仙台味噌の相性は抜群です。

福井

カニちり

ちり鍋を由来とする鍋料理の一種。昆布などであっさりとした風味をつけた出汁でカニや野菜を煮込むため、素材の旨みをダイレクトに感じることができる。特産の越前ガニの上品な甘みを肉厚な身の菌ごたえとともに余すことなく味わえる。

栃木

ぬっぺ汁

元々は、野菜を中心とした精進料理。現在も基本は野菜のみで作られるため、ヘルシーな料理として人気がある。食材は里芋だけではなく、こんにゃく、しいたけ、人参、豆腐、レンコンなどがよく使われる。

茨城

あんこう鍋

「東のアンコウ 西のフグ」と並び称される茨城県を代表する冬の味覚です。淡白でコラーゲンたっぷり、身は脂肪が少なく、低カロリーなため、女性にも人気の鍋。

東京

ちゃんこ鍋

相撲部屋で力士(ちゃんこ番)が作る鍋料理のこと。町の料理屋で食べられるちゃんこ鍋は、相撲部屋の伝統の鍋料理を引退した力士が一般向けに提供し、広まっていたもの。

山梨

ほうとう

小麦粉を練りざつくりと切った麺を、野菜と共に味噌仕立ての汁で煮込んだもの。戦国時代の武将、武田信玄が自分の刀で食材を切ったことから「宝刀(ほうとう)」と名付けられたという説もある。



日本全国 ごちそう鍋マップ

西日本編

兵庫

ほたん鍋

猪を使った兵庫県を代表する郷土料理。大皿に猪肉を盛り付けた様子が牡丹の花のように見えることから名付けられたそう。薄切りの猪肉を白菜やにんじん、ごぼう、きのこのなどの野菜とともに煮込んだ鍋料理。

広島

牡蠣の土手鍋

鍋の周りに味噌を塗りつけ、牡蠣と豆腐や野菜を煮ながら食べる広島県の郷土料理。府中味噌(広島県府中市で作られる甘味のある白みそ)を使用するのが一般的な食べ方。

大阪

はりはり鍋

鯨肉と水菜を使った鍋料理。一般の鍋料理とは違い、鯨肉と水菜だけのシンプルな料理。昆布で出汁をとった鍋に水菜を入れ、鯨肉を加える。ポン酢で食べるのが一般的。

香川

打ち込み汁

農村の日常食として、どこの家でも、季節の野菜をふんだんに使って作る。これに入れるうどんは、小麦粉に塩を入れずに練ったものを使う。

宮崎

けんちゃん汁(別名:けんちん汁)

宮崎県延岡市の郷土料理。炒めたせん切りの根菜類と豆腐などを炒め出し汁を加えて煮込み、最後に醤油で味を調えたすまし汁で、現在では「けんちん汁」とほぼ同じレシピ。

滋賀

鴨鍋

鴨肉を白菜やねぎなどの野菜、豆腐などと一緒に煮込む鍋料理。鴨はアヒルと真鴨を交配した合鴨が使われることが多い。鴨の良質の出汁が絶品。

京都

湯豆腐

材料は、豆腐、水、昆布のみの大変シンプルな鍋。これを醤油ベースのタレで頂きます。京都の「奥丹 南禅寺店」が日本で最も古くからの湯豆腐店として知られ、その歴史は360年にも及ぶ。

静岡

猪鍋

伊豆天城山は兵庫県丹波篠山、岐阜県郡上と並び、日本のイノシシ三大産地のひとつ。味付けは、濃いめで甘めの味噌風味が主流。シメはうどん。

奈良

飛鳥鍋

飛鳥時代に唐から来た僧侶が、寒さをしのぐためにヤギの乳で鍋をつくったのが発祥とされる。鶏ガラの出汁とともに、牛乳を入れ、まろやかさとコクをプラスする。具は一般的な鍋の具材と同じ。

福岡

水炊き

もつ鍋とならぶ福岡博多の名物鍋料理。昆布などわずかな出汁だけで、他の調味料を使わずに水から煮立たせることが名前の由来といわれる。博多では鶏肉とキャベツなどの野菜を使うものが主流。

長崎

具雑煮

島原半島の郷土料理。日常食ではなく正月や祭礼のときに供される。餅、野菜、肉、魚などの具の種類・量とも多く入れて煮込んだ雑煮のこと。具材の種類は家庭によって大きく違う。

山口

フグちり

昆布などで取ったダシ汁にフグの切り身や骨を野菜などと一緒に土鍋に入れて煮込む。付けダレとして、ポン酢を使う。鍋を食べた後、鍋の残りに塩で味を調整して、ご飯を入れて煮立たせるふぐ雑炊も美味!

大分

がん汁

大分県宇佐地方の郷土料理。淡水に生息するツガニ(モクズガニ)を生きたまま殻ごとすりつぶし、それを水にさらしてザルで濾し、醤油味に仕上げたもの。

鹿児島

さつま汁

さつま汁のさつまとは、さつま鶏を使うことに由来、江戸時代に薩摩藩で武士の士気を高めるために開かれた闘鶏で、負けた鶏を野菜と煮込んで食べたのが始まりと言われている。みそ味の濃厚な汁で鶏の骨付きぶつ切り肉を使うのが特徴。

鍋＝温まるというイメージがあり、鍋は東北や北陸といった寒い地域の料理という印象が強いですが、中国地方や九州地方にも伝統的な鍋料理はあります。福岡の水炊きや九州のけんちゃん汁など、東日本の鍋に比べて、味付けを薄めに行っているのが全体的な特徴と言えます。