

— 南瓜堂兄煮 —

作为西方节日的万圣节，日本也从10多年前开始以原来的10月31日万圣节前夜为中心，逐渐成为一项秋天的娱乐盛会。最近，在街边的橱窗等处经常可以看到挖通五官的橙色南瓜灯笼。南瓜在日本是秋天到冬天之间代表性的当令蔬菜，因此与之相应的，近来一看到万圣节的南瓜灯笼，就能感受到秋色渐浓。

这次介绍的菜谱是叫做“南瓜堂兄煮”的甜味小菜。将小豆和蔬菜等一起煮的菜叫做“堂兄煮”。那么为什么叫做“堂兄”呢？因为有用鸡肉和鸡蛋（亲子关系）做的叫做“亲子盖浇饭”的菜，所以堂兄煮中小豆和蔬菜就是堂兄弟的关系吗？不是，实际上比较有力的说法是，将食材按不易煮到易煮的顺序依次放入锅中开始煮，从“赶着煮”这层意义上的“おいおい”变成了“侄子·侄子（おいおい）”，于是逐渐变成了“堂兄煮”（侄子与侄子确实是堂兄弟关系）。所以这次使用小豆和南瓜的料理，按照首先是不易煮的小豆，接下来是南瓜的顺序“赶着煮”，但由于比较花时间，菜谱中使用的是煮好的小豆。

【材料（2人份）】

南瓜…350g（中等大小的1/3左右） 水…1杯 砂糖…1大勺
酱油…1大勺 煮好的小豆…100g

【做法】

1. 南瓜去籽和衣，切成3cm大小的块状。
2. 锅中加入水、砂糖、酱油，沸腾后加入1，盖上盖子煮15分钟左右。
3. 南瓜煮软后加入煮好的小豆，边煮边搅拌少许时间后即完成。

— かぼちゃのいとこ煮 —

西洋の年中行事であるハロウィンは、日本でも10年程前から本来のハロウィンの日である10月31日を中心に、秋の娯楽イベントの1つとして定着しつつあります。最近では、目鼻口をくり抜いたオレンジ色のかぼちゃのちょうちんを街のディスプレイなどでよく見掛けるようになりました。かぼちゃは日本では秋から冬にかけてが旬となる野菜の代表格ですから、それとあわせて、ハロウィンのかぼちゃちょうちんを目にする秋の深まりを感じずにはられない昨今です。

さて今回のレシピは甘いおかずの「かぼちゃのいとこ煮」です。豆を野菜などといっしょに炊いた煮物を「いとこ煮」と呼びます。さて、何故「いとこ」なのでしょう？ 鶏肉と卵（親子の関係）を使う「親子丼」という名前の料理がありますので、いとこ煮では豆と野菜がいとこ関係に当たる？ いいえ、実は、火の通りにくい食材から順々に鍋に入れていくところから「順を追って」という意味の「おいおい」と「甥・甥」を掛けて「いとこ煮」と言うようになったという説が有力だそうです（甥と甥は確かにいとこ同士に当たりますね）。という訳であずきとかぼちゃを使う今回の料理は、火が通りにくいあずき、次にかぼちゃ、と「おいおい」入れていくところですが、時間がかかるのでレシピでは茹であずきを使っています。

【材料（2人分）】

かぼちゃ…350g（中くらいのサイズで1/3ほど）

水…1カップ 砂糖…大さじ1 醤油…大さじ1

茹であずき…100g

【作り方】

1. かぼちゃは種とわたを取り、3cm角に切る。
2. 鍋に水、砂糖、醤油を入れ、沸騰させたら1を入れ、蓋をして15分ほど煮る。
3. かぼちゃが柔らかくなったら茹であずきを入れ、混ぜながら少し煮ればでき上がり。