



寒いこの季節に食べるもので似ているものを集めました！  
みなさんはこれらの違いを全て説明できますか？

### 1) 「ぜんざい」と「お汁粉」

関西では、ぜんざいは「粒あん」を使った汁物、お汁粉は「こしあん」を使った汁物。  
関東では、粒あんでもこしあんでも汁物は全て「お汁粉」。ぜんざいは餅に「汁気のない餡」を添えたもの。



関東では  
ぜんざい

### 2) 「餅」と「大福」

鏡餅などのお餅は、加熱しないと硬くなってしまい、食べられません。  
一方、イチゴやアイスをくるんだ大福餅は常温でも、冷やしても柔らかく伸びます。このお餅は、和菓子によく使われる「求肥」を使用しています。  
どちらも、もち米から作られますが、求肥は砂糖を加えて火にかけ練るので砂糖の保水性により、冷めても硬くなりません。



### 3) 「お粥」と「中華粥」

日本のお粥は、水の量を多くして炊飯します。炊き方は普通のご飯と変わりません。  
中華粥（広東式）は生米に油を絡ませ、米が割れやすくします。そして水からではなく沸騰してから米を入れてじっくり炊き上げます。炊く際は鶏のだし汁などを使い、具材が入ることもあるので味がついています。



### 4) 「大根」と「カブ」

冬が旬の食べ物。特に聖護院大根とカブは見た目がよく似ています。  
分類として、大根はアブラナ科「イコン属」、カブはアブラナ科「アブラナ属」で別物です。  
見た目の見分け方は 大根→首が青い、葉がギザギザ カブ→首は白い、葉は丸っぽい  
などがあります。味も似ていますが、学術的に別物です。



## 5) 「こうじ甘酒」と「酒粕甘酒」



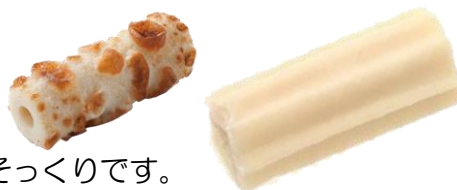
健康志向の高まりや美容への関心が深まり、季節を問わず甘酒の消費が伸びています。

この甘酒には2種類あって、

- ・米こうじと米が原料…一晩かけてコウジカビ由来の酵素によってデンプンを糖化することで甘味を得る。冬でないと酒を造れない酒蔵が夏の副業に手がけていたともいわれる。
- ・酒粕が原料…日本酒やみりんの粕のためアルコールが含まれる。甘味は砂糖などで別途加える。発酵のための設備が不要なので酒造の副産物を活用できるという利点もある。

最近飲料ではない甘酒商品が沢山販売されていて、例えば甘酒ゼリー、甘酒チョコクッキー、甘酒豆乳即席スープ、甘酒ドレッシング、甘酒ポテトチップなど、その種類には驚きます。

## 6) 「ちくわ」と「ちくわぶ」



おでんで人気のタネの「ちくわぶ」。「ちくわ」と名称がそっくりです。

1945年戦後の闇市を起源とし、高価な魚のすり身を使う「竹輪」の代用品として安価な小麦粉を使って、おでんなどに味が良くしみるようギザギザの筋で表面積を広げて作った「竹輪麩」。漢字ではこう書きますが、グルテンだけではない小麦粉で作られていることから厳密には「麩」ではありません。関東ローカルの食材で、首都圏以外ではあまり見ることがないといえます。

## 7) 「5寸人参」と「金時人参」

おせち作りの時期になると、年末のスーパーなどでは濃い赤色をした人参を目にします。

人参には西洋種と東洋種があり、日本で一般的に出回っているのは長さ15~20cm位のオレンジ色をした西洋種の「5寸人参」。東洋種は細長く赤に近い色で「金時人参」といいます。西洋種はβ-カロテンを、東洋種はトマトで有名なリコピンを豊富に含みます。

この「金時人参」の名の由来は、童話金太郎のモデル・坂田金時の赤い頬に由来しています。



## 8) 「千両」「万両」「南天」



縁起物としてお正月飾りに重宝されるこの赤い実をつけた植物。非常に似ていて区別が難しいですが、最も見分けがつけやすいのが実のつき方です。

- ・千両…葉の上に上向きで固まってつく。そのため鳥に食べられやすい。
- ・万両…さくらんぼのような形で、葉の下に垂れ下がってつく。
- ・南天…ぶどうの房のようにつく。

ちなみに南天は“難転”=難を転じて福となす、に通じることから縁起木とされています。

葉を赤飯に添えたり、熊本のある地域では、すり潰した葉の汁を濾したものを小麦粉の生地に加えた「しるかえ」という麺料理があるそうです。

