

# 48.いとこ煮（日田市）

いとこ煮とは、親鸞聖人のご遺徳をしのび“おとりこし”という法要の時に必ず作る料理で、この時期採れる根菜類に、親鸞聖人の好物だったといわれる小豆を組み合わせた煮物である。

“おとりこし”は浄土真宗の法要で、11月に入ると、お寺さんをお呼びして先祖の供養もかねてお経をあげてもらい、一緒に食事をする。

この時に出されるのが“いとこ煮”で、小豆と、芋や根菜類の相性が良いことから“いとこ煮”と呼ばれるようになったという。おとりこしの時には、しょうけめしも作る。

## 【材料】 4人分

- ・もち米 3カップ
- ・小豆 1/2カップ
- ・里芋 400g
- ・大根 200g
- ・水 3カップ
- ・塩 少々

制作協力：高畑芙紗子さん、信岡ケサヤさん、信岡幸子さん、  
綾垣すみ子さん（日田市・上津江町生活研究グループ）





①もち米をといで、ザルに上げておく。



②小豆を硬めにゆでる。



③大根の皮をむき、1 cm角くらいのサイコロ状に切って、下茹でする。



④里芋を大根より大きめのサイコロ状に切り、水で洗ってぬめりを取る。



⑤ぬめりを取ったら、ザルに上げておく。



⑥もち米を炊飯器に入れる。





⑦小豆と水と塩を加える。



⑧大根と里芋をのせて、普通に炊く。



⑨炊きあがったら少し蒸らして・・・



⑩さっくりと混ぜる。



⑪完成。