



寒さが厳しい季節に、
病を寄せ付けないよう
鬼餅を食べて厄払い。

旧暦の12月8日、いよいよ本格的な寒さが沖縄に訪れる頃、一年間の厄を払う儀礼を行います。鬼餅(ムーチャー)は鬼という言葉で象徴される悪霊や悪疫などを払いのける行事として、県内各地で行われてきました。

この日は各家庭で鬼餅を作り、仏壇やヒヌカンに供えます。鬼餅は月桃(サンニン)やビロウ(クバ)の葉(カーサ)に包んで蒸すため、カーサームーチャーとも呼ばれています。月桃は香りが強いので邪気払いに、ビロウは昔から神の宿る木とされていました。子どものいる家庭では、その歳分だけ紐で結わえて天井から吊るし、子どもたちに抜き取って食べさせます。また、赤ちゃんが誕生して最初に迎える鬼餅の日を「初餅(ハチムーチャー)」といい、子どもの健康を祈って鬼餅を親戚や友人に配る習慣もあります。

2018

12

December

平成30年 師走

鬼

【ムーチャー】
Mūchi

餅

松本料理学院学院長
松本嘉代子先生
料理・監修

沖縄
まーさんレシピ

(鬼餅)
ムーチャー

材料(13~15個分)

- ◆もち粉…5カップ
- ◆水…2・1/4カップ
- ◆サンニンの葉(月桃の葉) …13~15枚

作り方

- ① サンニンの葉は、1枚1枚きれいに洗っておく。
- ② ボウルにもち粉を入れ、その中に水を徐々に加えてよくこねる。(黒砂糖、トーマチン、カカオパウダーなどを使うときは、これらのものをもち粉に混ぜてからこねる。)
- ③ ②を1個当たり80g~100gずつに分けて長さ12~

13cm、幅4~4.5cmに形を整えてサンニンの葉で包み、まん中あたりをひもで結ぶ。

- ④ 湯気の立った中火の蒸し器で20分くらい蒸す。



オキハムの
優良県産品シリーズ

軟骨そぎ

軟骨そぎを黒砂糖と泡盛が入った特製タレでじっくり煮込みました。骨まで軟らかく食べられます。夕食の一品として、お酒のおつまみ、オードブルに最適です。パッケージに盛り付けの画像を入れ、食卓でのイメージをやすくしました。