

和食の歴史をしらべてみよう！ ②

平安時代

約840年前

鎌倉時代

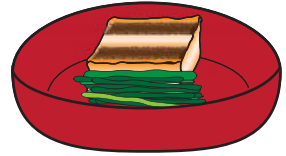
鎌倉時代

中国で学んだお坊さんが日本に「しやうじん精進料理」を伝えました。精進料理のとくちょうは次のどれでしょう？ 正しい方にマル（○）をつけよう！

肉や魚を 【食べる 食べない】
料理している時に味つけを 【する しない】

ヒント) たんぱくしつが多い大豆や小麦粉、味のこいゴマ油やひしおを使うよ！

味のしみたおとうふは
おいしいなあ



室町時代～戦国時代

この時代、おもてなしの料理が発達し、室町時代に「ほんぜん本膳料理」が、戦国時代には「かいせき懐石料理」が生まれました。それぞれの料理のとくちょうを線で結びましょう。

料理は
(おかず)

冷たい
(さめている)

食べごろの温度
(温かい料理は温かく
冷たい料理は冷たく)

ほんぜんりやうり
本膳料理

かいせきりやうり
懐石料理

料理の
品数や量は

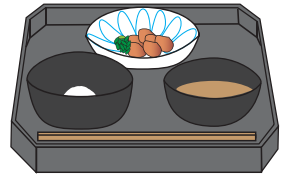
食べきれる量

食べきれないほど
たくさん量

本膳料理も懐石料理も
お膳に料理を並べるよ！



本膳料理



懐石料理

室町時代

約690年前

戦国時代

戦国時代～安土桃山時代

織田信長が徳川家康をもてなしたごうかな本膳料理が並んでいます。きみが食べたいのはどれかな？ 味を想像してみよう！

料理の名前

どんな味？

どうして
その料理を
選んだの？

料理のスケッチ

安土桃山時代

約450年前