



ちらし寿司



3月3日はひな祭り。女の子の

すこ せいちょう ねが ぎょうじ
健やかな成長を願う行事です。

さて、今日のちらし寿司ですが、備前岡山藩の藩主・池田

みつまさ たんじょう せつ
光政をきっかけに誕生したという説があります。

ぜいたくはいけないと、一汁一菜（汁物とおかずだけ）を

めいれい しょみん はんぱつ さかな やさい はん かく ま
命令された庶民が反発し、魚や野菜をご飯に隠し混ぜて、

み め いっさい えど ちえ
見た目を「一菜」としたそうです。江戸の知恵が詰まった

ちらし寿司、ぜひ味わって食べてください。