

## Noriko's Blog

## 鍋料理

日本の冬の料理といえば、鍋料理です。体が冷える冬には温かい料理が食べたくなりますよね。鍋料理には、いろいろな種類があります。

私の実家でよく食べる鍋は「水炊き（みずたき）」です。鍋に水を入れ、鶏肉や野菜を入れて煮込み、薬味の入ったポン酢につけて食べます。ときどき、鶏肉の代わりにたくさん牡蠣を入れて「牡蠣鍋」をします。鍋を楽しんだ後、いい出汁（だし）が出た残り汁にうどんを入れて、鍋煮込みうどんを食べることもあります。

そして、忘れてはいけない鍋料理は「おでん」です。去年里帰りしたときに、実家で食べた最初の晩御飯はおでんでした。日本に帰国する前に、母に「最初におでんが食べたい！」とリクエストしていたんです。母は、私が到着する2日前から大きな鍋に具材を煮込んでいてくれました。味がしみこんだおでんは本当においしかったです。

ああ、やっぱり日本の鍋料理は体も心もぽかぽかになるし、家族を幸せな気持ちにする料理だと思います。

鍋 なべ pot; saucepan, hot pot

種類 しゅるい variety; kind; type

鶏肉 とりにく chicken

煮込む にこむ to stew; to simmer (for a long time)

薬味 やくみ condiment

(e.g. grated or chopped topping such as daikon, wasabi, ginger, green onion, red pepper)

牡蠣 かき oyster

帰国する きこく return to one's country

到着する とうちゃく to arrive

具材 ぐざい ingredients

味 あじ taste, flavour

しみこむ to soak into

ぽかぽか nice and warm

幸せ しあわせ happiness

[Audio \(MP3\)](#)

## Let's Talk

- 皆さんの国の煮込み料理について教えてください。
- 寒いときに食べたい料理がありますか。それはなんですか。

---

One of the most popular winter dishes in Japan is nabe (hot pot). In winter, when we feel cold, we want to eat warm food, don't we? There are various types of nabe dishes.

The nabe dish often eaten at my parents' house is mizutaki. Water is added to the pot, chicken and vegetables are stewed, and the dish is dipped in ponzu (Japanese sauce made from ponzu citrus juice) with condiments. Sometimes, instead of chicken, many oysters are added to the pot to make "oyster nabe. After enjoying the nabe, we sometimes add udon noodles to the leftover broth, which has a nice flavour, and eat nabe-nikomi udon.

And we must not forget "oden". When I went back to my hometown last year, the first dinner I had at my parents' house was oden. Before returning to Japan, I had requested to my mother, "I want to eat oden first!" My mother had the ingredients simmering in a large pot two days before my arrival. The oden was really delicious with the flavours soaking in.

I guess Japanese nabe cuisine is a dish that warms the body and soul and makes the family happy.