

〈資 料〉

数のつく食べ物

(3) 名前に数字の三がつく食べ物 (その2)

Food Materials and Foods with Numeral in the Name

(3) Food Materials and Foods with Numeral 3 in the Name (Part 2)

森田 潤 司
(Junji MORITA)

〔三 (さんしょ〜さんわ)〕

三升粥 [さんしょうーがゆ]

米一升に対して水三升で炊いた粥 [読む食辞苑]。ちなみに、一升粥は米一升到水一升 (硬粥) といい、普通のご飯)。二升粥は米一升到水二升。三升粥は米一升到水三升。四升粥は米一升到水四升。五升粥は米一升到水五升 (普通の堅さのお粥)。六升粥は米一升到水六升 (普通の堅さのお粥)。七升粥は米一升到水七升。八升粥は米一升到水八升。九升粥は米一升到水九升。十升粥 (斗粥) は米一升到水一斗 (柔らかめのお粥)。もっと水増ししてゆるいものが重湯。重湯はガーゼなどで布漉しする場合もある [読む食辞苑]。

三升米 [サンジョウーゴメ]

同名三種あり。いずれも食用魚で、一尾の価が米三升分になったところからの称 [日本国語大辞典]。①スズキ目イトヨリダイ科のイトヨリ (糸撚) の別称。香川県でいう [日本国語大辞典]。②スズキ目テンジクダイ科のコスジシモチ (小筋石持) の別称。愛媛県越智郡でいう [日本国語大辞典]。③スズキ目シマイサキ科のシマイサキ (縞伊佐木) の別称。岡山県備前でいう [日本国語大辞典]。

三升漬 [さんしょうーづけ・さんじょうーづけ]

①千葉県の名産の漬物 [食材図典Ⅱ]。茄子一升、米麴一升、醤油一升、計三升で漬物にあげることからの称 [日本料理由来事典]。大茄子は細切りにして用いるが、小粒

なひとくち茄子が絶品である。炊きたての温かい御飯に向く [日本料理由来事典]。②青森県三戸地方のものは、茄子の代わりに細切りにした青唐辛子を漬けたもので [日本料理由来事典]、青唐辛子一升、米麴一升、醤油一升を配合して漬物にあげる。これは辛味があり、刺身や湯豆腐、冷やっこの薬味としてよい [日本料理由来事典]。③岩手県の「茄子の三升漬」は御飯一升・麴一升・塩一升、計三升を合わせた漬物に天日干した茄子を漬物に漬ける [漬物 (新・食品事典⑧)]。

三食 [さんーしょく]

①朝・昼・晩 (夕) の三度の食事 [日本国語大辞典] [名数辞典]。「一日三食」が定着したのは江戸時代元禄期 (1688~1704年) 以降のこと。また、②三回分の食事 [日本国語大辞典]。三食*。三餐 (三餐)*。三飯*。「三食昼寝付き」などの語がある。二食の項も参照。

三色辛子漬 [さんしょくーからしづけ]

千葉県の漬物 [漬物 (新・食品事典⑧)]。茄子・白瓜・胡瓜の三種を塩漬にしたあと、砂糖・塩・水飴を溶いた液に漬物、辛子と麴を混ぜ合わせてつけたもの [漬物 (新・食品事典⑧)]。

三色食品群 [さんしょくーしょくひんぐん]

食品をそれに含まれている栄養素の役割の特徴から、赤色・黄色・緑色の三つの群に分類する方法 [食品学総論 (第3版) (森田潤司・成田宏史 (編))]。赤色群は血や肉をつくる食品 (魚介類・肉類・牛乳および乳製品・卵類・豆類)、黄色群は力や体温のエネルギー源となる食品 (穀類・油脂類・いも類・砂糖類)、緑色群はからだの調

子をよくする食品（緑黄色野菜・淡色野菜・藻類・きのこ類）。初期の栄養指導に適している。四つの食品群・六つの基礎食品群の項も参照。

三色蕎麦 [さんしよくーそば]

三色に色付けした蕎麦 [蕎麦辞典]。江戸時代、五色蕎麦*とともに瀬戸物町（日本橋室町）近江屋の名物蕎麦であった [蕎麦全書]。実態は不詳。現在は、更科蕎麦（白）、海老切蕎麦（淡赤）、茶切蕎麦（緑）の組み合わせが通例 [蕎麦辞典]。着色に、海老切の代わりに卵切（黄）を、また、茶切の代わりに磯切（海苔）（緑）を使うこともある [蕎麦辞典]。板の上に並べて盛る。大型の角蒸籠に斜めに相乗りにもすることもある。三味蕎麦*ともいい、三種の味をも楽しむ [蕎麦辞典]。

三食玉子 [さんしよくーたまご]

三色に染め分けた玉子料理。茹で玉子をつくり、白身と黄身に分ける。それぞれ砂糖・塩で味付けし、裏ごしする。さらに白身を二つに分け、一方を紅で色付けする。巻き簀の上に和紙を敷き、黄、白、赤の順にのしつけ、小口から巻き、十五分ほど蒸した後、小口切りにする [鶏・卵料理（日本料理技術選集）]。

三色パン [さんしよくーぱん]

菓子パンの一つ [日本国語大辞典]。一つのパンで三種類（三色）の味が楽しめる。中にカスタードクリーム・チョコレートクリーム・餡、あるいはカスタードクリーム・チョコレート・（いちご）ジャムを入れ、中心が三角を形成するようにつなぎ合わせて焼く。

三色松 [サンシヨクーマツ]

マツ科のアカマツ（赤松）の一園芸品種であるコウキンショウ（紅金松）の別称 [図説草木名彙辞典] [日本国語大辞典]。語源不詳。赤松は種子・花・樹皮・葉を救荒食用 [図説草木名彙辞典]。

三色餅 [さんしよくーもち]

①飛騨（今の岐阜県）などで艾、蕨、稗などを混ぜた餅 [和菓子の辞典]。②長野県松本市澤田屋の名物餅で、小豆餡・漉し餡・抹茶餡の三種の餡の餅 [和菓子の辞典]。

三水 [サンスイ]

農林省園芸試験場（当時）で育成された三種のナシ（梨） [食材図典] [新版食材図典]。幸水・新水・豊水。いずれも名称に「水」がつく。

三水 [さんずい]

酒の隠語 [日本国語大辞典] [日本隠語集] [隠語大辞典]。酒という漢字の偏「氵」の名（さんずい）からの称 [隠語大辞典] [日本国語大辞典]。酒の呼称には他に三水に酉*・

さんずい とり とり みず
三水の酉*・酉の水 [隠語大辞典]・水鳥 [日本国語大辞典] などがある。

三水に酉 [さんずいーにとり]・三水の酉 [さんずいーのとりに]

酒のこと [日本国語大辞典]。酒という漢字を偏と旁に分けると、「氵」（さんずい）と「酉」（とり）になるところからの称 [日本国語大辞典]。三水の項を参照。

三寸切 [さんずんーぎり]

蔬菜類の切り方の一つ。三寸（約9cm）の長さに切ること [茶道名数事典]。また、切ったもの。

三寸人參 [サンズンーニンジン]

セリ科のニンジン（人參）の栽培品種。幕末以降に西洋から入ってきた根の長さが三寸（約9cm）ほどの短根型人參の代表的栽培品種 [日本国語大辞典]。明治から大正にかけては、西洋人參と呼ばれた [日本国語大辞典]。人參は大きく古くから日本に入っていた長根型の東洋種（東洋系）人參と短根型の西洋種（ヨーロッパ系）人參に分けられる [新版食材図典] [野菜・藻類（新・食品事典⑤）]。日本で分化した西洋種人參の品種は根の長さをもとに、三寸人參、四寸人參、五寸人參*、七寸人參、八寸人參と呼ばれる [新版食材図典] [野菜・藻類（新・食品事典⑤）]。三寸人參は早生で生育は早い、収穫量が少ないため [食材図典Ⅲ]、今の実用品種は五寸人參が多い [新版食材図典] [食材図典]。

三清 [さんせい]

清酒の別称 [日本国語大辞典]。酒の隠語の清三*を逆転させた称。

三清豆腐 [さんせいーとうふ]

豆腐料理の一つ。等量の大根のしぼり汁と水をよく煮たし、焼き塩で味をつけて、おぼろ豆腐を入れ、湯豆腐ぐらゐの煮加減で火からおろし、生大根のしぼり汁を掛けて出す [茶道名数事典]。『豆腐百珍』続編（天明3年-1783）に絶品として挙げられてつくり方が記される。また、「三清の名称の由来は（明らかではないが）、人の名か、また三つの材料がいずれも清（白い）という意味でつけられたのではないだろうか」とある [とうふの本（日本料理技術選集）] [豆腐百珍（日本料理技術選集）]。

三青蔓 [サンセイーマン]

ナス科のクコ（枸杞）の漢名別称 [図説草木名彙辞典]。若葉・新芽を蔬菜代用 [図説草木名彙辞典] [食べられる野生植物大事典]。液果を生食・リキュールに [図説草木名彙辞典] [食べられる野生植物大事典]。新葉を茶代用品 [図説草木名彙辞典]。また、薬用とする [図説草木名彙辞典]。液果「枸杞子」は「枸杞酒」（強精）。根皮「地骨皮」・葉

「枸杞葉」は解熱。葉・莖「枸杞茶」は強壯など〔図説草木名彙辞典〕。

三飧・三飧 [さん-そん]

朝・昼・晩の三度の食事。また、一日三回食事をすること〔日本国語大辞典〕。三食*・三食*・三飯*。

参内傘・三代笠 [サンダイ-ガサ]

ユリ科のツルボ（蔓穂）の別称。花の様子が、昔、お公家さんが宮廷に参内するときに供人がさしかける長い柄の参内傘に似ていることからの称〔大和本草批正〕〔食べられる野生植物大事典〕。三代笠は参内傘からの転。漢名は綿裘兒〔大和本草批正〕〔日本植物名彙〕〔図説草木名彙辞典〕。蔓穂は荒地・路傍などに自生し、早春に双葉を茹でて水に晒してアク抜きをし、和え物や浸し物にする〔飲食事典〕。また、秋冬の頃、地下の鱗茎を掘り出し、食用とする〔図説草木名彙辞典〕〔食べられる野生植物大事典〕。茹でて数回水を替え一昼夜くらいアク抜きすると、そう美味ではないが、ほのかに百合の香があり、凶作の時には米麦に混ぜて飯に炊込む〔飲食事典〕。

三田ウド [サンダー-ウド]

兵庫県三田市で軟化栽培されるウコギ科のウド（独活）〔都道府県別地方野菜大全〕〔食材図典Ⅲ〕。栽培品種は有馬3号が多い〔都道府県別地方野菜大全〕。収穫時期は十二月から四月〔都道府県別地方野菜大全〕。

三田牛 [さんだ-ぎゅう]

兵庫県三田市で生産される肉牛の商標〔食材図典Ⅲ〕。

三たて [さん-たて]

おいしい蕎麦の三条件。挽きたて・打ちたて・茹でたて〔蕎麦辞典〕〔蕎麦の事典〕。

三太郎 [サンタ-タロウ]

①バラ科のスモモ（酢桃）の一品種、サンタ・ローザ、の別称〔食材図典〕。和歌山県一部や岡山県の一部でいう〔日本国語大辞典〕。三太郎は英名サンタ・ローザからの転称。アメリカで育成されたニホンスモモ（日本李）〔食材図典〕〔日本国語大辞典〕。プラムコット〔食材図典〕。大正末期に導入された〔食材図典〕。②バラ科のリンゴ（林檎）の一品種。「スターキング・デリシャス」と「はつあき」の交配種。果汁が多く、食味は爽快でおいしい〔新版食材図典〕。

三胆 [さん-たん]

中国料理で三種類の胆を調理したもの〔日本国語大辞典〕。炒三胆など〔日本国語大辞典〕。

三炭糖 [さん-たんとう]

炭素数三の糖質（炭水化物）。トリオース（triose）の訳語。

三段葱 [サンダン-ネギ]

ヒガンバナ科ネギ属の葱の一品種やグラネギ（槽葱）の別称〔食材図典〕。島根県の一部や熊本県の一部でいう〔日本国語大辞典〕。形状からの称。広島県の一部で三段根深という〔日本国語大辞典〕。三階葱の項を参照。

三遅 [さん-ち]

①平安時代、酒宴に遅参した者に科した罰酒の一つ〔類従名物考〕。三段階に分かれ、盃が五回りした後に参会した者は「一遅」で三盃、七回り以後の者は「二遅」で五盃、十回り以後の者は「三遅」で七盃を飲ませた〔西宮記〕〔日本国語大辞典〕〔日本料理由来事典〕〔数のつく日本語辞典〕。これから転じて、②酒宴、または酒をいう〔類従名物考〕〔日本国語大辞典〕〔日本料理由来事典〕。

三度 [さんど]

女房詞で三度入り*の土器〔大上藤御名之事〕〔御所ことば〕〔女性語辞典〕。

三斗芋 [サント-イモ]

キク科のククイモ（菊芋）の別称〔図説草木名彙辞典〕〔日本国語大辞典〕。多量にとれることからの称〔日本国語大辞典〕。一斗芋*〔図説草木名彙辞典〕〔日本植物方言集成〕とも呼ぶ。岐阜県飛騨ではサンドイモと呼ぶ〔日本国語大辞典〕。

三度芋 [サンド-イモ]

ナス科のジャガイモの別称〔図説草木名彙辞典〕。多くの地方でいう〔日本国語大辞典〕。一年に二、三度収穫できることからの称〔読む食辞苑〕〔日本の野菜〕〔日本国語大辞典〕。ジャガイモは他に馬鈴薯・二度芋*・八升芋*・六月芋*・二作芋*・五升芋*・五斗芋*などとも呼ぶ〔図説草木名彙辞典〕〔日本植物方言集成〕。他に群馬県一部や埼玉県一部で三徳芋*と呼び〔日本植物方言集成〕〔日本国語大辞典〕。富山県でサンダイモと呼ぶ〔日本植物方言集成〕〔日本国語大辞典〕。

三度入り [さんど-いり]

盃に用いる土器の種類〔日葡辞書〕。小重より大きく中くらいの大きさの土器〔貞丈雑記〕〔日本国語大辞典〕。三度入れ*とも〔運歩色葉集〕。女房詞では略して、三度*〔大上藤御名之事〕〔御所ことば〕〔女性語辞典〕。盃には大・中・小の別があり、その形状に従って、二度入り、三度入り、五度入り*、七度入り*などと呼んだ〔茶道名数事典〕。「九寸は九度入り」というように〔寸法雑々〕、数字は寸尺を表している〔茶道名数事典〕。一方、『貞丈雑記』（天保14年-1843）には「酒は盃に三度ずつ入る故、盃になる土器を三ど入と云う」とある。当初は小さかった土器の杯が、「酒興盛故也」になったため、次第に五度

入り、七度入り、十度入りとなり〔海人藻芥〕〔日本国語大辞典〕、十一度入り、十三度入り、十五度入りまで、三廻ずつ大きくなったようである〔貞丈雜記〕。

三度入れ〔さんどーいれ〕

三度入り*に同じ〔日本国語大辞典〕。『運歩色葉集』（天文17年-1548序）に「三度入 サンドイレ 土器之名也」とある〔日本国語大辞典〕。

三糖類〔さんとうーるい〕

加水分解すると三分子の単糖類を生じる糖質（炭水化物）。少糖（オリゴ糖）類の一種。

三徳〔サントク〕

同名四種がある。いずれも三つの徳、つまりいろいろの役にたつとの意からの称。①イネ科モロコシ属のサトウモロコシ（砂糖蜀黍）（スイートソルガム）の別称。徳島県の一部でいう〔日本国語大辞典〕。和歌山県の一部では三徳黍*という〔日本国語大辞典〕。実は食料、飼料、糖蜜などの材料として用いられる〔雑穀〕。日本では明治初期に精糖原料用として栽培されたが、汁液に含まれるブドウ糖や果糖が多いため結晶しにくいという欠点があり、その後中止された〔穀物・豆（新・食品事典①）〕。②イネ科のトウモロコシ（唐蜀黍）（玉蜀黍）の別称。愛媛県大三島でいう〔日本国語大辞典〕。種子を食用〔図説草木名彙辞典〕。③イネ科のオオムギ（大麦）の栽培品種。稈がよく分蘖し、丈は高い。実は中粒白色で収穫量が多い〔日本国語大辞典〕。④ウチワザメ科の海水魚ウチワザメ（団扇鮫）の別称。香川県三豊郡でいう〔日本国語大辞典〕。「鮫」の名がつくが鱈の仲間〔魚Ⅱ（新・食品事典④）〕。本州中部以南、朝鮮、台湾、東シナ海に生息。練り製品にする〔原色日本海水魚類図鑑〕〔魚Ⅱ（新・食品事典④）〕。

三徳芋〔サントクイモ〕

①ヒルガオ科のサツマイモ（薩摩芋）（甘薯）の栽培品種〔日本の野菜〕。広島県の久保田勇次郎が明治28年-1895にオーストラリアから導入し、命名した〔日本の野菜〕。三つの徳がある、つまりいろいろの役にたつ芋の意の称か。白芋であることから一般に「源氏」と呼び、西日本で栽培される〔日本の野菜〕。転じて、げんち、元氣などとも呼ばれる。薩摩芋は三家芋*・八里*・八里半*・十三里*などとも呼ぶ〔図説草木名彙辞典〕。②ナス科のジャガイモの別称。群馬県一部、埼玉県大里郡、秩父郡でいう〔日本国語大辞典〕。三徳芋の称は一年に三度収穫する三度芋*〔日本国語大辞典〕からの転か。富山県ではサンダイモという〔日本国語大辞典〕。ジャガイモは三度芋の項参照。

三徳黍〔サントクキビ〕

イネ科のトウモロコシ（唐蜀黍）（玉蜀黍）の別称。和歌山県の一部でいう〔日本国語大辞典〕。三徳の①に同じ〔日本国語大辞典〕。

三度栗〔サンドークリ・サンドーグリ〕

ブナ科クリ属のササグリ（笹栗・小栗）（柴栗）の一品種。ミタビグリ（三度栗）*とも。一年に三度実を結ぶことからの称〔本草綱目啓蒙〕。一年に三度花と実を見るという説もあるが、三度花を開いて実を結ぶものではなく長期間に分かれて三度ほど熟するものである。萌芽した株に起こりやすいので、生理的な原因によって起こる現象と考えられ〔日本国語大辞典〕、どこにでも産する可能性がある。

『本朝食鑑』（元禄8年-1695）に「上野・下野に山栗あり。極めて小にして一年三度栗を収穫できる。故に三度栗と称す。味は佳くなくもない。このような類いの山栗は諸州にもあり。また極めて小さいものである。これは古の杭栗であろうか」とある。また、『本草綱目啓蒙』（享和3年-1803）に「栗 クリ（中略）また、越後には三度ぐりあり。大和本草に、やまぐりと云。石州にてかしはらぐりと云。茅栗の類にして年中に三度実のるといふ。越後のみならず、石州、豫州、上州、上野、下野にもありと云」とある。『桃洞遺筆』（天保4年-1833）には「三度栗は上野州・下野州・因幡法美郡宇治山・紀州牟婁郡栗栖荘芝村・同郡佐本荘栗垣内村・同郡三里郡一本松村、その他信濃・石見・土佐・筑前などにも産し、一名山栗、一名梶原栗といひ、紀州牟婁郡に産するものはその山を年々一度づゝ焼く、その焼け株より出づる新芽に実るなり、七月の末より十月頃まで本・中・末と三度に熟するをいふなり、三度花を開きて実を結ぶものにあらず、皆その地の名産とすれども何れの國にも産するなるべし」とある〔飲食事典〕。

そこで、各地に三度栗伝説が残る。静岡県菊川市三沢、高知県高岡郡四万十町の藤井山岩本寺、岡山県真庭市などの三度栗伝説は、空海にまつわるものである。高知県の岩本寺には今も境内に樹があり、三度実をつけるという。一方、新潟県阿賀野市（旧北蒲原郡安田町）保田の三度栗伝説は、親鸞にまつわるものである〔貞丈雜記〕。『越後名寄』（丸山元純（1682-1758年）〔著〕）にも「三度栗、安田村 丘にして二十町方形の栗林あり。その中に福井といへるところに親鸞焼栗を植ゑられしが栄えたりとて、一年に三度花実を見るゆゑの名なり。碑を立て、其所を標したり。且つ栗の葉の先別れて岐をなす。俗に矢筈栗と称す。（中略）常陸国茨城郡稲田西念寺にも近

頃三度栗あり。由来もまた相似たり。下総国にも三度栗あり」とある〔飲食事典〕。越後の三度栗は越後七不思議の一として喧伝されたが、当時の木は枯れてしまった〔飲食事典〕。現在、浄土真宗大谷派 焼栗山 孝順寺では若木が育ち、一年に三度実をつけているという。福井県鯖江市の三度栗伝説も同様な親鸞にまつわるものである。さらに、静岡県周智郡森町園田の三度栗伝説は、徳川家康にまつわるものである。

三度豆 [サンドーササゲ]

マメ科の一年草インゲンマメ（隠元豆）の別称。一年に三度収穫できることからこの称〔本草綱目啓蒙〕。他に唐豆〔本草綱目啓蒙〕・菜豆〔食材図典〕・菜豆〔食材図典〕・サンドーササゲ〔本草綱目啓蒙〕・ニドフロウ〔本草綱目啓蒙〕・三度豆〔本草綱目啓蒙〕・二度不老〔本草綱目啓蒙〕・二度生〔本草綱目啓蒙〕・三度生〔本草綱目啓蒙〕・三度豆〔本草綱目啓蒙〕・五月豆〔本草綱目啓蒙〕などと呼ぶ〔図説草木名彙辞典〕〔日本の野菜〕〔日本植物方言集成〕。

三度三献 [さんどーさんこん]

婚礼などのとき、三つ組の杯を用いて、ひとつの杯で酒を三度ずつ、合計九度飲みあうこと〔日本国語大辞典〕。三三九度*・三三九度*・三三九度*。『松の落葉』（文政12年-1829）に「酒のむさほふ三度三献の事 ひと杯の酒のむを一度といひ、三度のむを一献といひき、なみむたる座にて、杯を一たび巡らし飲むをば一巡といへり、さて物の儀式にうるはしく飲むは三度と三献とにぞありける」（注：アンダーラインは著者）とある〔日本国語大辞典〕。三献の項・三三九度の項を参照。

三度生 [サンドーナリ]

サンドマメ（三度豆）*と同じ〔日本国語大辞典〕。

三度豆 [サンドーマメ]

種子を蒔いてから収穫までの期間が短く、一年に三度収穫できる豆〔日本国語大辞典〕。三度生*とも。①マメ科のインゲンマメ（隠元豆）の別称〔図説草木名彙辞典〕〔日本の野菜〕〔食材図典〕〔日本国語大辞典〕。三度豆*。一般には莢ごと食べる若い莢隠元を指す〔読む食辞苑〕〔日本国語大辞典〕。②マメ科のエンドウ（豌豆）の別称〔図説草木名彙辞典〕〔日本国語大辞典〕。莢ごと食べる若い莢エンドウを指す〔日本国語大辞典〕。二度生の項・二度豆の項・四度豆の項も参照。

三度三片食 [さんどーみかたけ]

一日三度の食事。三食*〔日本国語大辞典〕。

三度飯 [さんどーめし]

一日に三度ご飯を食べること〔日本国語大辞典〕。江戸時代は二食が普通であった。三食の項参照。

三奈 [サンーナ]

①ショウガ科の多年草〔日本国語大辞典〕〔図説草木名彙辞典〕。山奈とも書く〔図説草木名彙辞典〕。他に蕃鬱金・蕃鬱金・山奈とも〔図説草木名彙辞典〕、山奈とも呼ぶ〔和漢三才図会〕。インド原産で根茎「山奈」はカレー粉香料原料の一つ。根茎「山奈」を薬用（健胃）〔図説草木名彙辞典〕。「三奈」は山奈からの転訛〔和漢三才図会〕。漢名は山奈〔薬品手引草〕〔和漢三才図会〕・山頼・三辣〔和漢三才図会〕・三蕓など〔図説草木名彙辞典〕。江戸時代中期に渡来〔図説草木名彙辞典〕。②ミカン科のカラハジカミ（唐薑）の別称。山奈とも書く〔日本国語大辞典〕。『薬品手引草』（安永7年-1778）に「山奈 三奈 からはじかみ也根葉モセウガニ似り」とある。果実「呉茱萸」を薬用（健胃・利尿・感冒・嘔吐）〔図説草木名彙辞典〕。漢名は呉茱萸〔図説草木名彙辞典〕。

三年米 [さんねんーごめ]

さんねんまい（三年米）*とも〔広辞苑〕〔日本国語大辞典〕。前々年に収穫された米〔広辞苑〕〔日本国語大辞典〕。古々米。脂質酸化が進んでいるなど品質が劣化している。

三年酒 [さんねんーざけ]

さんねんしゅ（三年酒）*とも〔たべもの日本史総覧〕。醸造して三年目の酒。アルコール度が高く上等とされる〔たべもの日本史総覧〕〔日本国語大辞典〕。『伝演味玄集』（延享2年1745）などに記載。二年酒の項も参照。

三年酒 [さんねんーしゅ]

さんねんざけ（三年酒）*と同じ〔たべもの日本史総覧〕〔日本国語大辞典〕。

三年鯛味噌 [さんねんーたいみそ]

宮城県の名物味噌。鯛のそぼろを仙台味噌に混ぜ込んで三年ほどねかせて熟成したもの〔食材図典Ⅱ〕。

三年沢庵 [さんねんーたくあん]

三年ほど漬け込んだ沢庵漬け。江戸時代の『四季漬物塩嘉言』（天保7年-1836）に「同三年沢庵 又、五年、七年漬 年久しくたくわへ置には、糠は右の分量に准じて、三年ならば糠を減じて塩の方二升余りも増し、五年ならば四升斗りも増なり。一ヶ年にあてれば塩七、八合ほど余分にすべし。大根も並より五、六日ばかり乾き過ぎたるやうにほして漬るなり。是とても水の十分にあがりたるとき、一端壓をゆるめて大根に塩水を吸して、又元のごとくに押をかけるなり。沢山に漬る時は、桶を三ツ位 積重るもよし。因にいふ。多年たくわふ桶には、塩の分量、年月を一々樽に書付置べきなり。年月すぐれば見わけがたきものなり」（注：アンダーラインは著者）とある。

三年垂 [さんねん-だれ]

醤油の別称 [日本国語大辞典]。仕込んで三年してから搾ったものの意か。

三年菜 [サンネン-ナ]

同名二種がある。いずれも種を播いてから三年後に開花することからの称か。①アカザ科の二年草フダンソウ(不断草)の別称 [図説草木名彙辞典]。群馬県山田郡や静岡県一部でいう [日本国語大辞典]。高知県の一部では三年高苣という [日本国語大辞典]。漢名は恭菜 [本草綱目啓蒙]・恭菜 [和漢三才図会]。ほぼ一年中その葉を食用にできることから、不断草 [大和本草] [本草綱目啓蒙]・不断菜 [本草綱目啓蒙]・イツモナ・イツモヂシャ・時無菜などと呼ぶ [図説草木名彙辞典]。②江戸時代、アブラナ科の多年草キャベツの別称 [大和本草]。『大和本草』に「紅夷菘(をらんだな)(中略)味佳シ ウヘテ後三年ニシテ花開ク 是菘ノ類ナリ」とある。キャベツは甘藍・珠菜・和蘭陀菜などと呼ぶ [図説草木名彙辞典]。

三年茄子 [サンネン-ナス]

ナス科のナス(茄子)の生えてから三年目のもの [日本国語大辞典]。ふつう、茄子は温帯では一年生植物であるが、熱帯では多年生となる。

三年米 [さんねん-まい]

さんねんごめ(三年米)*に同じ。

三年味噌 [さんねん-みそ]

①三年前に製造した味噌。最初、塩分を高めにしておくと熟成させる。三年味噌は一般に味が塩辛いので、転じて、②けちなこと、勘定高いことをいう [広辞苑] [日本国語大辞典]。

三年物 [さんねん-もの]

魚などの生後三年を経たもの [広辞苑]。おもに鯉についていい、十分成長して大きく、食べ頃であるとされる [日本国語大辞典]。二年物の項も参照。

三之字 [サン-ノ-ジ]

①ズズキ目ニザダイ科の海水魚ニザダイ(仁座鯛・似座鯛)の別称 [美味しいマイナー魚介図鑑] [魚介類別名辞典] [日本国語大辞典]。千葉県から九州の太平洋沿岸に生息 [美味しいマイナー魚介図鑑]。名称は、尾鰭の前に並ぶ黒い楕円形の三個の斑点を漢字の「三」に見立てたものである [美味しいマイナー魚介図鑑]。なお、この斑点部には硬い骨質板が突き出ており、触ると痛い。地方によって三亮・三之字亮・三之字鯛などと呼ぶ [日本国語大辞典]。三印 [新釈魚名考]・三印 [新釈魚名考]・三公 [美味しいマイナー魚介図鑑]とも。独特の臭みがあるため流通しないが、冬期は臭みがなく美味しいという [美味し

いマイナー魚介図鑑]。近縁種のニノジと呼ばれる胡麻天狗剥擬はあまり臭みがなく、美味しい [美味しいマイナー魚介図鑑]。②ズズキ目ニシキギンボ科の海水魚ギンボ(銀宝)の別称。神奈川県江の島でいう [日本国語大辞典]。語源不詳。天ぶらなどにする。

三の重 [さん-の-じゅう]

正月重詰めの組み重で上から三番目の重。五段重では、一の重に祝肴(関東では黒豆・数の子・田作り、関西では黒豆・数の子・たたき牛蒡または田作り)と田夫(黒豆と木耳、大根、人参、牛蒡、凍り蒟蒻などいろいろの材料を豆粒大に切ったものを、醤油、酒などの調味料で汁気のなくなるまで煮た、野菜入りの黒豆の煮付けで [図説江戸料理事典]、赤の草石蚕(千代老木)を詰める [読む食辞苑])、二の重には紅白和交 鱧と鱧代わりの料理、三の重には口取り、四の重*(与の重)には焼肴、五の重には煮染めを詰める [読む食辞苑]。四段重では、一の重に祝魚と鱧、二の重には口取り、三の重には焼肴、四の重(与の重)には煮染めを詰める [読む食辞苑]。

三の汁 [さん-の-しる]

本膳料理の三の膳*につけられる汁物 [茶道名数事典] [図説江戸料理事典]。薄い味噌汁が用いられることが多い [茶道名数事典] [日本国語大辞典]。ちなみに、本膳(一の膳*)の本汁(一の汁*)は味噌仕立ての重いもの、二の汁*は清まし軽いもの、三の汁では本汁が白味噌ならば赤味噌を用いるなど本汁と同じにならないようにする [図説江戸料理事典]。

三の膳 [さん-の-ぜん]

本膳料理(正式の日本料理)で、本膳(一の膳*)、二の膳*の次に出す膳部 [茶道名数事典]。客の方から見て本膳の左側に置く。三の膳には、手前に汁(三の汁*)、中央に煎り酒、左向こうに蓋茶碗、右向こうに刺身を配することが多いが [茶道名数事典]、四の膳*(与の膳)の代わりとして焼き物を用いることもある [日本国語大辞典]。三汁七菜の項・三汁八菜の項も参照。

三の間の水 [さん-の-ま-の-みず]

京都府宇治市の宇治橋の中ほどに欄干が川上のほうに少し張り出した「三の間」があり、ここから汲み上げた宇治川の水。茶人に茶の湯の水として尊重された [日本国語大辞典]。『雍州府志』(貞享3年-1686)にも記されるなど有名である。古い記録では、永禄8年-1565に松永久秀が千利休らを招いた茶会で、三の間から汲み上げた水を使ったされ、豊臣秀吉も汲ませたという。

三把・三飯 [さん-ぱ]

仏教用語 [名数数詞辞典] [大辞林]。生飯・散飯とも書く [名数数詞辞典] [日本国語大辞典] [大辞林]。「生飯」の唐宋音よみ「さんばん」からの転。三把・三飯・散飯は転訛。さば (三把・三飯 [名数数詞辞典]・生飯・散飯)*・さんばん (三把・三飯 [名数数詞辞典]・生飯・散飯)*ともいう [日本国語大辞典] [大辞林]。さば (三把・三飯)の項参照。

三杯・三盃 [さん-ばい]

①三つの杯 (盃), 椀, 匙などの容器 [広辞苑]。②一杯の三倍の数 [名数数詞辞典]。杯 (盃) は器に盛ったものを数える語 [名数数詞辞典]。容器三つの量の酒・茶・飯など。酒に関連して「駆けつけ三杯」, 「遅れ三杯」, 「いやいや三杯」, 「居候の三杯」, 「三杯機嫌」などの語がある。③三杯醤油* (三盃醤油) の略称。④三杯酢 (三盃酢)* の略称 [日本国語大辞典]。

三拝・三把・三祓 [さん-ばい]

広島県の郷土料理 [日本料理由来事典]。「さんばい」は田の神様のことで、田植えに時に田んぼで食べる料理も「さんばい」という。神人共食である。芸北地方では空豆や黒豆入りのおむずびをつくって「さんばいの葉」とも呼ぶ朴の葉に包む [日本料理由来事典]。おかずのみや胡瓜もみなどを「さんばいの葉」で包むところもある [日本料理由来事典]。

三杯醤油・三盃醤油 [さんばい-しょうゆ]

合わせ醤油の一つ。醤油二杯 (盃)・酒一杯 (盃) の合計三杯 (盃) の割合で合わせたもの。魚の付け焼きに使う [茶道名数事典]。仙台に「鮎の三杯醤油」という調理法があり、鮎に三杯醤油をつけて銚色になるまで焼き、風味をよくする [茶道名数事典]。

三杯酢・三盃酢 [さんばい-ず]

①合わせ酢 (調味酢・加減酢) の一種。食酢・醤油・酒の三種を等量合わせたもの [簡明食辞林]。当初、杯 (盃) などで酢、醤油、酒を一杯 (盃) ずつ、計三杯 (盃) 量って調合したことからの称。三杯 (三盃)*。煮立てた後、冷まして、魚介類や野菜の和え物に用いる。江戸時代の料理書『料理早指南』四編 (文化元年-1804), 『精進献立集』 [文政2年-1819], 『料理調菜四季献立集』 (天保7年-1836) などにも記載がある [図説江戸料理事典]。現在では醤油の代わりに塩、酒の代わりに味噌や砂糖を用いることもある [図説江戸料理事典]。酢十・塩一・五 (醤油八)・砂糖三 (味噌十) が基準例であるが [理論と実際の調理学辞典] [新版調理と理論], 材料や好みで出汁などを使い分量も加減する [簡明食辞林] [理論と実際の調理学辞典] [新版調理と理論]。②三杯酢で味を

つけることや、味つけたものもいう [日本国語大辞典]。二杯酢・一二三酢・七杯酢・九一の各項も参照。

三杯酢漬・三盃酢漬 [さんばいず-づけ]

三杯漬 (三盃漬)* の①と同じ [日本国語大辞典]。

三倍増醸酒 [さんばいぞう-じょうしゅ]

米・米麴・水で製造した調味に、アルコール・糖類 (ブドウ糖, 水飴)・酸味料 (乳酸, コハク酸あるいはクエン酸)・アミノ酸塩 (グルタミン酸ナトリウム)・デンブなどを添加して造った清酒 [簡明食辞林]。三倍増醸清酒・三増酒とも。いずれも同じ量の米で三倍もの清酒ができたことからの称。第二次世界大戦後の米不足のため考えられた [名数数詞辞典]。現在では酒税法により三倍までは増量できない。単独で市販されることはなく、アルコール添加酒とブレンドされて出荷されている [簡明食辞林]。

三杯漬・三盃漬 [さんばい-づけ]

①三杯酢漬 (三盃酢漬)* の略称。酢・酒・醤油を合わせた三杯酢 (三盃酢)* に材料を漬けること。また、漬けたもの。魚の刺身や茹でなど魚介類, 日干した小燕や小大根など野菜を漬ける [茶道名数事典]。小燕や小大根の三杯漬の「葉附小大根三杯漬」を吉原では「洗い髪」といった [四季漬物塩嘉言] [茶道名数事典] [古事類苑]。大根の三杯漬の一種に「巻漬」がある [四季漬物塩嘉言] [日本食物史 (下)]。『料理珍味集』 (宝暦14年-1764) に記載の「鱈の三盃漬」は、酢三・酒二・醤油一に漬けるとあり、三盃酢の配合割合が少し異なる。『四季漬物塩嘉言』 (天保7年-1836) に記載される「薤三杯漬」は、現在の甘酢漬けに近い [図説江戸料理事典]。昆布、生姜、茗荷、塩押し茄子、魚などの三杯漬は「阿茶羅漬」 (アチャラはベルシャ語で塩漬けの意) という [日本食物史 (下)] [図説江戸料理事典] [図説江戸時代食生活事典]。薩摩芋 (甘藷) を漬けたものは「諸三杯漬 (諸三盃漬)*」・「三杯漬芋 (三盃漬芋)*」。玉子を漬けたものは「たまご三杯漬*」 [万宝料理秘密箱 (通称卵百珍)]。守口大根を漬けたものは「守口三盃漬*」 [素人庖丁二篇]。②酢・醤油・地酒を混ぜた三杯酢。鹿児島県肝属郡でさんべつけ・さべつけという [日本国語大辞典]。③魚の切り身を醤油に漬けたもの。宮城県仙台市でいう [日本国語大辞典]。④花形に切った大根を酢に漬けた正月用の料理。鹿児島県喜界島でさんべえとうきという [日本国語大辞典]。

三杯漬芋・三盃漬芋 [さんばいづけ-いも]

三杯漬諸 (三盃漬諸) とも書く。諸三杯漬 (諸三盃漬)* に同じ。三杯漬 (三盃漬)* の一つ。適当に切った生の薩

マイモ カンショ トウガラシ さんばいす
 摩芋(甘藷)と唐辛子を三杯酢*に入れて漬けたもの
 [茶道名数事典]。

三白草 [サンパクーソウ]

トクダミ科のハンゲシヨウ(半夏生)*の漢名[物品識名]
 [本草綱目啓蒙][図説草木名彙辞典]。有毒という報告はないが、食用とはしない。茎・葉を薬用(健胃・去痰)とする[図説草木名彙辞典]。三白[本草綱目啓蒙]*・三白草*
 [図説草木名彙辞典]・三葉白草[名数数詞辞典]・片白草
 [本草和名][和名鈔]・片白[文明本節用集][大和本草]ともいう。半夏生の語源は、①暦の半夏生(夏至から数えて十一日目にあたる七月二日頃)の頃に花を咲かせるからとする説と、②葉の一部を残して白く変化する様子から「半化粧」の意とする説がある[図説草木名彙辞典]。また、③片白は、葉の片面だけが白くなることからの称であり、三白・三白の称も葉の一部を残して白く変化する様子からとする説がある。

三番叟 [サンバーソウ]

①イソギンポ科のナベカ(那邊加・那辺加)の別称。島根でいう[新釈魚名考]。ハゼ類に似た体型の小型魚[新釈魚名考]。この魚の雄の後頭部が烏帽子を冠ったように隆起しており、繁殖期に雌の前で「求愛舞踊」の回転遊泳をする習性が、能や芝居の三番叟の舞に似ていることからの称[新釈魚名考]。伊豆地方で三島女郎衆*と呼ぶ[新釈魚名考]。食用ではない。②イシダイ科のイシダイ(石鯛)の別称[魚介類2.5万名前大辞典][魚介類別名辞典]。サンバンソウ(三番叟)*とも[新釈魚名考]。食用魚。

三番梅漬 [さんばん-うめづけ]

梅漬けの一種。「三番」の意は不詳。つくり方は『萬間書抄伝』(慶安5年-1652)に「梅百個に 塩二合五勺で漬ける。六月中旬にその塩汁を煎じて冷ましシソを少々揉んで瓶に入れる。漬け口を貼っておく。スモモやボケの漬け方も同じである」とある。

三番粉 [さんばん-こ]

蕎麦粉の一種。表層粉。胚乳の一部と子葉(胚芽)に、種皮(甘皮)の一部まで挽き込んだもの[蕎麦辞典]。一番粉*や二番粉*よりもさらに外殻ぎりぎりまで挽き込んだもので、「挽きぐるみ」ともいう[そば事典][蕎麦辞典]。黒みを帯びた色をしており、味と食感は劣るとされるが、蕎麦の香りが最も強く、栄養分も一番多い[そば事典][蕎麦辞典]。独特の粘りや食感があり、俗にいう「田舎そば」の材料[蕎麦辞典]。

三番白水 [さんばん-しらみず]

三回目の米のとぎ汁。「白水」は白く濁っていることか

らの称。使い方は『料理秘伝抄』(寛文10年-1670)第一鯛かき煎によると、「鯛を煎り、酒で煮た後に加えて味を加減し汁とする」。

三番叟 [サンバンソウ]

①イシダイ科のイシダイ(石鯛)の別称。淡路島・北九州でいう[新釈魚名考]。サンバンソウ(三番叟)*とも[魚介類2.5万名前大辞典][魚介類別名辞典]。食用魚。②チョウチョウオ科のハタタゲダイ(旗立鯛)の別称。島根でいう[新釈魚名考]。いずれも体表の横縞を三番叟の踊りの時に被る烏帽子の黒白の縞に喩えた称[新釈魚名考]。觀賞魚。

三番出汁 [さんばん-だし]

二番出汁*をとった後、鰹節を少しだけ加えてもう一度煮立ててとった出汁[茶道名数事典]。味も香りも薄いので、捨て出汁ともいう[茶道名数事典]。菠稜草や三葉*などのさっぱりした浸し物や味噌汁の出汁に使う[茶道名数事典]。

三番茶 [さんばん-ちゃ]

一番茶*、次いで二番茶*を摘んだ後、新たに出た芽を摘んで製茶したもの。摘み茶としては味、香りともに劣る[日本国語大辞典]。

三番点心 [さんばん-てんしん]

懐石で三種類の点心(羊羹三切れ・饅頭・湯素麵)を出す料理[茶道名数事典]。『料理珍味集』(宝暦14年-1764)に「三番点心 向こう付けの小盆に羊羹三切、すまし汁、針牛房と小口切りの栢の小皿に辛子を付けたものを出す。猪口を一つ添えて出す。羊羹は盛って出す。上の羊羹を一つを箸で取り左の手に乗せ、半分折って膳の脇へ置き、残りを食べる。残らず食べなくてもよい。次に重箱で饅頭をふたつずつ出す。羊羹の跡へ引く(羊羹を食べ余れば紙に乗せ脇へのける)。此のときに汁を吸い、饅頭を箸に挟み左の手に乗せ一握りの半分にして食べる。これものこらず食べなくてもよい。次に湯素麵を盛って出す。そのとき猪口へ汁をかける。針牛房、小口切りの栢、辛子もこのときに入れて素麵を食べる」とある[茶道名数事典]。

三飯 [さん-ばん]

①朝・昼・晩(夕)の三回の食事[食ことわざ百科]。三食*。三食*。三炊(三瀆)*[日本国語大辞典]。②三把・生飯・散飯とも書く[大辞林]。さば(三把・三飯[名数数詞辞典]・生飯・散飯)*・さんば(三把・三飯[名数数詞辞典]・生飯・散飯)*に同じ[日本国語大辞典][大辞林]。「さんばん」は「生飯」の唐宋音で禅家の読み方(経家では呉音で「しょうばん」と読む。)[日本国語大辞典]

典)。三把・三飯・散飯は転訛。

三瓶牛蒡 [サンペーゴボウ]

キク科の多年草のモリアザミ（森薊）の別称 [飲食事典] [図説草木名彙辞典] [食材図典Ⅲ]。産地により、三瓶牛蒡（鳥根県）・菊牛蒡（岐阜県恵那郡・愛知県） [食材図典Ⅲ]・白山牛蒡（金沢）・ヤマゴボウ（長野県ほか）などと称する [日本大百科全書（ニッポニカ）] [図説草木名彙辞典]。他に藪薊・牛蒡とも呼ぶ [図説草木名彙辞典] [食材図典Ⅲ]。山地に自生し、根を救荒食用 [図説草木名彙辞典]、葉・根・茎「山牛蒡・菊牛蒡」を薬用（養精） [図説草木名彙辞典] としてきたが、明治以降、岐阜県恵那郡中津川で栽培が本格化した [食材図典Ⅲ]。秋に根を掘り、栽培牛蒡と同じように調理して食用にするが、菊牛蒡漬・山牛蒡漬としても市販される [食材図典Ⅲ]。鳥根県三瓶山でも味噌漬や粕漬にして市販される [飲食事典]。

三平汁 [さんぺい-じる]

北海道の素朴で原始的な汁物郷土料理。糠に塩をあわせて、鯨を二〜三ヶ月漬け込んでおき、この塩のきいたすし鯨（糠漬鯨）（へしこ鯨）をぶつぎりにし、ジャガイモ、牛蒡、大根、白菜、その他の野菜と鍋で煮込む。今では、生の鯨を用いて酒粕や醤油を加えるようになった。また、鯨の代わりに鮭、鱈も使われる。名称の由来については諸説がある。①徳川時代末期松前藩賄い方 [簡明食辞林] [日本国語大辞典] [たべもの起源事典]（または南部藩の北海道開拓団員 [読む食辞苑]）の斉藤三平という人がつくったのがはじまりという説 [日本料理由来事典]、その場所は奥尻だともいう。②奥尻島の漁師三平が作っていたのを松前藩主が食したいそう気に入ったところから広く世に行われだしたという説。③三平皿という伊万里焼（有田焼）の深皿に取り分けて食べるからという説 [日本料理由来事典]。④三杯汁（寒いときに温まろうまいのでつい三杯食べるとの意）の訛りと説 [たべもの起源事典]。⑤アイヌ語のサンペ（心臓）から転じたという説 [たべもの起源事典]。⑥鰹、味醂、塩を配さなくても美味しい三配汁という説 [たべもの起源事典]。⑦秋田の塩汁を真似たからとする説 [たべもの起源事典] など、がある。

三分粥 [さんぶーかゆ・さんぶーがゆ]

飯粒が全体の三分の一ほどで水分の多い、おもゆ状の粥 [日本国語大辞典]。体積で米一に十二倍の水で炊く十二倍粥 [新・櫻井総合食品事典]。粥は治療食の軟食では米と水の混合割合で、一分粥（おまじり）、二分粥、三分粥、五分粥、七分粥、全粥に区分される [総合調理用語辞典]。それぞれ全粥と重湯の混合割合で調整する方

法と、一定量の米に対して水の量を変化させて炊飯し調整する方法がある。三分粥の場合、混合して調整するときの配合容積比は全粥三：重湯七、個別に炊く場合は、容積比では米一：水十三、重量比では米一：水十六。いずれも米100g当たりの出来上がり重量は約1,200〜1,300g [総合調理用語事典]。

三仏生トマト [サンブッシュウートマト]

新潟県小千谷市三仏生で生産されていたナス科のトマトの地方種 [都道府県別地方野菜大全]。「ウインゾール」種と「ポンテローザ」種の交雑後代種で、昭和20年-1945から30年-1955頃盛んに栽培された [都道府県別地方野菜大全]。現在は入手困難 [都道府県別地方野菜大全]。

三方 [さん-ぼう・さん-ぼう]

衝重といわれる膳の一種で、檜の白木でつくった角形の折敷を、前と左右との三方の面に眼象（引目、猪目とも [食生活語彙五種便覧]）あるいは削形とも呼ばれる透かし穴のある台の上に取り付けたもの。古くは食事をする台に用いられたが、後には神仏や貴人に供物を供えたり、儀式の際に物を乗せるのに用いる [茶道名数事典] [日本国語大辞典]。三宝*とも書く [茶道名数事典] [読む食辞苑]。三方衝重。現在、茶の湯では床の熨斗飾りなどに用い [茶道名数事典]、一般家庭では、神棚への供物、正月の床飾（鏡餅や蓬菜など）、屠蘇器の台として使っている。

衝重には三方の他、削形の穴のある脚の数に合わせて、四方*、二方 [書言字考節用集] [食生活語彙五種便覧]、一方 [日本料理由来事典]、穴のない供饗とがあった [貞丈雜記] [守貞漫稿] [飲食事典] [食生活語彙五種便覧]。貴人の膳にも用いるときには大臣以上は四方、大納言以下は三方などと役職による区別があった [三光院内府記] [貞丈雜記] [茶道名数事典] [日本国語大辞典]。

白木が原形だが、鎌倉時代に入ると黒または朱漆塗りのものや蒔絵が施したもの、彩絵を施したものが現れるようになった [日本料理由来事典]。初めの高さも低かったが、近世になると台（脚）が高くなった。使用には、折敷の側板の綴目がなく、台に削形がないほう（台の側板の綴目があるほう）を表とし、この面を神前、貴人に向けて置く [日本料理由来事典]。

「三方」の語源には諸説がある [日本国語大辞典]。①脚板の左右ならびに前面に円穴のある台であるところから、三方ノ台の義 [雍州府志（巻第五 寺院門下 葛野郡経王堂）]、②三方を削ってあるところから、三方削形ノ衝重の義 [大言海]、③脚の丸穴の上に三角があって、その形が三峯のそびえるようであるところから [雍州府志

(巻第五 寺院門下 葛野郡経王堂)。

三宝 [さんぼう]

さんぼう・さんぼう
三 方*に同じ [茶道名数事典] [読む食辞苑] [日本国語大辞典]。

三宝柑 [サンボウカン]

ミカン科の常緑高木。和歌山県原産のダイダイ系の雑柑橘類 [簡明食辞林]。サンボウカン (三宝柑) とも呼ぶ [日本国語大辞典]。果実はヘタの部分が盛り上がった独特の達磨型で明るい黄色が特徴。三、四月頃熟し、果肉は淡黄色、柔軟で多汁、甘味酸味も適度で香味もあり美味である。形から達磨蜜柑・達磨柑 [簡明食辞林] [たべもの起源事典] [日本国語大辞典]・壺柑 [たべもの起源事典]・蓬柑 [日本国語大辞典]・徳利蜜柑 [日本植物方言集成] とも呼ぶ。

名称の由来は、①その果実の形が三宝* (三方*) の穴に似ているからとも [たべもの日本史総覧] [飲食事典]、②幕末に紀州藩士・野中為之助が屋敷内できた紀州ミカンの珍種を献上したところ、十代藩主徳川治宝が姿形・香味・風味を絶賛して「三宝」と名づけたとも [たべもの起源事典]、③和歌山城内にあり、三宝に乗せて紀州侯に献上したからとも [日本国語大辞典] [簡明食辞林] [食材図典] [たべもの日本史総覧] [たべもの起源事典]。一方で、明治6年-1873頃、和歌山市東徒町の林角左衛門氏邸宅内で発見されたのがルーツだとする説もある [日本料理由来事典]。現在も、同氏邸宅内に原木があるという [簡明食辞林]。現在は主に和歌山県湯浅町特産。

三峰膳・三峰尖・三峰饅 [さんぼう-ぜん・さんぼう-ぜん]

点心に用いられる羹の一種。表記は三峰膳の他、三峯膳・三峯尖・三峰尖・三峯饅・三峰饅・三方膳 [貞丈雑記] がある [日本国語大辞典]。葛の粉でつくり、五色に染めて、三つの山の形を作って盛り上げ、たれ味噌の汁をかけ、むき胡桃を前の方に入れて出す。山の色は三色ずつ、一つの土器あるいは鏡子 (はがねの鉢) に盛る [貞丈雑記]。

「三峰 (三峯)」は、中国よりも東方の海上に在り、神仙が棲み、金銀をもって宮闕を造り、不老不死の仙薬を蔵する島、史記封禪書や神仙伝に見える三神山 (あるいは三島) ともされ、「三峯饅の羹」はこれを模したものであるという。「三色」とすることには二説あり、①須弥山の三峯 (蓬萊・方丈・瀛州の三つの峰) の色を象るとか [貞丈雑記]、②五行の色を用いるとか [貞丈雑記] いう。「三峯尖」は室町時代の『尺素往来』(文明13年-1481以前) に点心に用いられる料理の一つとして出てい

る。これが「三峯膳」と同じものとすれば、『庖丁聞書』(天文19年-1550) には「三峯膳の羹は、五斗土器に、三色の羹を、杉盛にして出すものである。此の三色は、須弥の三峯を表し盛るなる。四季を一季づつ残し、過去・現在・未来にかたどり、其の季節により色どるなり」とある。後の『嬉遊笑覧』(文化13年-1816) も『庖丁聞書』の記述を引く。『貞丈雑記』には、三峯膳とも云うは、かん (羹) の名なり。葛の粉にて作り、五色に色を染めて三つの山の形を作りてもり、たれみその汁をかけ、むきくるみを前の方に入れて出すなり。山の色は三色ずつ一つかわらけにもなり。この色に両説あり。一説には、須弥山の色にかたどり、黄 (北、冬)、青 (南、夏)、白 (東、春)、赤 (西、秋) とするなり。歌に「北は黄に南は青く東白西くれなるにそめいろの山」。蘇命路山とは須弥山の事なり。又一説には、五行の色を用ゆるなり。青 (木色、東・春)、赤 (火色、南・夏)、黄 (土色、中央・土用)、白 (金色、西・秋)、黒 (水色、北・冬)。四季によりてもりよう、喰い様替るなり。『宗五大双紙』に委しく見えたり。『三議一統』にも見えたり。盛よう・喰いよう等。『宗五』とは違いたり。」とあり、また、三峯尖は、かわらけにもなり。『宗五大双紙』に見えたり。又『三議一統』には鏡子にもとあり。鏡子とは、はがねの鉢なり」とある。『倭訓栞』(安永6~明治20年-1777~1887刊) に「三峯饅は羹にて、蓬萊 (中央)・方丈 (右方)・瀛州 (左方) の三つの島を作り鏡子に盛ったものをいふ」とあり、「饅は膳と同じ」[玉篇] なので、「三峯饅」も饗膳に供する羹の名である。

三宝唐辛子 [サンボウトウガラシ]

鳥取県青谷町・東伯町でつくられるナス科のトウガラシ (唐辛子) [都道府県別地方野菜大全]。やや早生。語源不詳。

三盆 [さん-ほん]

結晶粒子の細かい上等の白砂糖。白砂糖をさらに精製脱色し純白の結晶形としたもの。三盆砂糖* [名数数詞辞典]・三盆白* [広辞苑] [飲食事典] [名数数詞辞典]・三盆糖*・三盆白* [図説江戸料理事典] とも呼ぶ。風味にすぐれ和菓子に珍重される [広辞苑] [名数数詞辞典]。最初、中国から輸入した白い砂糖を唐三盆* と呼び [広辞苑]、白いという意味で三盆白* と呼ぶことも多かった。我が国でも享保 (1716~1736年) 頃より製するようになり、これを和三盆* と呼んだ。

「三盆」の語源ははっきりしない。①『和漢三才図会』(正徳2年-1712) には「潔白にして楯はざるものを佳と

す、そのうち大塊圓扁餅の如きものと呼んで蓋盆といふ」とあり〔飲食事典〕、「蓋盆」が転訛したとする説、⑩白砂糖の積み出し港が讃岐（今の香川県）の三本松であり、この「三本」が三盆に転訛したという説〔たべもの起源事典〕、⑪中国から輸入していた頃、これを扱う清国の官吏が三品と称する位であったので、三品砂糖〔改正増補和英語林集成〕と呼び、この「三品」が三盆に転訛したという説〔俚言集覧（寛政9年-1797頃）〕〔たべもの起源事典〕〔日本国語大辞典〕、⑫盆の上で三回研ぐ（搦んで精白すること）から「三盆」という説〔名数数詞辞典〕〔飲食事典〕〔日本国語大辞典〕、がある。このうち、一番もっともらしいのは、⑫であろう〔たべもの起源事典〕。この精製技法は平賀源内の創製と伝えられるが、最初は専用の研ぎ台は無く、手元にあった盆の上で研いだようである。また当初、三回ほど研いだら概ね精白されたと目され出荷したようである。

三盆糖は徳島県や香川県で作られている。そこで産地を明確にするために、徳島の三盆糖を阿波三盆*と呼び、香川の三盆糖を讃岐三盆*や讃岐三白*と呼ぶこともある。和三盆の項を参照。

三盆砂糖 [さんぼん-さとう・さんぼん-ざとう]

三盆砂糖とも書く〔改正増補和英語林集成〕〔日本国語大辞典〕。三盆*に同じ〔名数数詞辞典〕〔日本国語大辞典〕。

三盆白 [さんぼん-しろ・さんぼん-じろ]

さんぼんはく（三盆白）*とも。三盆*に同じ〔飲食事典〕〔名数数詞辞典〕〔広辞苑〕〔日本国語大辞典〕。

三本立 [さんぼん-だて]

①三本建とも書く〔茶道名数事典〕。祝膳で、第三の膳（三の膳）*に三種の菜をつけること〔日本国語大辞典〕。『四季草』（安永7年-1778）に「七五三の膳といふを、今世知らぬ人は本膳にさい七つ、二の膳にさい五つ、三の膳にさい三つ、くみ付る事と思へり。それは七本立五本立三本立にて、さいの数の事なり。七五三の膳部にはあらず」（注：アンダーラインは著者）とある。②御飯を三様に盛って出すこと〔日本国語大辞典〕。『京極大草紙』（室町後期）の「食物之式法之事」に「ただの祝言の時、りやくぎに少する也。二本立、三本立といふも、飯を二様にまいらするを云也。〈中略〉三本立は、ひめの飯に計御手をかくるなり」（注：アンダーラインは著者）とある。

三盆糖 [さんぼん-とう]

三盆*に同じ。

三盆白 [さんぼん-はく]

さんぼんしろ（三盆白）*・さんぼんじろ（三盆白）*とも。三盆*に同じ〔図説江戸料理事典〕。

三馬 [サン-マ]

①ダツ目サンマ科の海水魚サンマ（秋刀魚）。食用とし、秋の味覚を代表する魚。『俚言集覧』（寛政9年-1797以後文政12年-1829以前の成立）に、「三馬、魚の名、さよりに似たり、塩漬にして、江戸に送る一時初物と称して先を争ふて贖ひ食ふ」とある。旬の秋刀魚を一匹食べると、三馬力の力がつくから「三馬」の字を当てたという〔日本農業新聞〕。「サンマ」の語源は、①体が狭く長いところからサマナ（狭真魚）の音便約説〔大言海〕〔日本国語大辞典〕、②スナホメナ（直理魚）の意〔名言通〕〔日本国語大辞典〕という説、あるいは③大きな群れを意味する「サワ（沢）」、ノと同じ意味の「ン」、身や肉を意味する「マ」とを結びつけたサワナマ（沢の魚）（群集する魚）からの転訛説〔新釈魚名考〕などがある。②ダツ目サヨリ科の海水魚サヨリ（細魚）の別称。京阪でサンマという〔日本国語大辞典〕。三摩。『本朝食鑑』の細魚の項に「脯として三摩というが、その義についてはなお詳らかでない」とある。細魚も秋刀魚と同じダツ目の海水魚で、名称は多く集まること、群集性の魚を意味する「沢寄り」が変化したものとされる〔新釈魚名考〕。③ダツ目サヨリ科の海水魚シマザヨリ（縞細魚）の別称。江戸でサンマという〔日本国語大辞典〕。

三枚 [さん-まい]

①魚など薄くて幅広のもの三つ〔日本国語大辞典〕。②魚の調理法の一つ。三枚下ろし（三枚卸）*の略称〔名数数詞辞典〕〔日本国語大辞典〕。

三枚下ろし・三枚卸 [さんまい-おろし]

魚の下ろし方（卸し方）（切り方）の一種。鯛、鯛など身幅が広く中骨の高い魚を、背骨の部分とその両側の身の三つの部分（三枚）に切り分けること〔名数数詞辞典〕〔日本国語大辞典〕。うろこをとり、頭を落とし、内臓を除いて水洗し、背骨（中骨）を境に両側の肉を裂いて離す。上身、中落ち（中骨のこと）、下身の三つの部分（三枚）になる。関西風には腹から包丁入れて中骨に沿って尾に向かって切り〔簡明食辞林〕、関東風には尾から包丁を入れて切る〔簡明食辞林〕。これを「三枚に下ろす」という。単に三枚*とも〔名数数詞辞典〕〔日本国語大辞典〕。

三味漬 [さんまい-づけ]

ナガサキアカラフ 長崎赤蕪などの酢漬け〔食材図典Ⅲ〕。語源未詳。

三枚肉 [さんまい-にく]

豚や牛の胸の下部から腹にいたるあばら骨を包む肉。ばら肉〔簡明食辞林〕〔食材図典〕〔日本国語大辞典〕。肉と脂肪とが交互に三層になっていることからの称〔読む食辞苑〕

[日本国語大辞典]。肉のきめは粗いが、脂肪が良質のものは風味がよく、角煮、シチュー、豚汁、カレーなどに用いる [簡明食辞林]。

三味花・三枚花 [サンマイバナ]

ヒガンバナ科ヒガンバナ属のヒガンバナ (彼岸花) の別称 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典] [日本国語大辞典]。「三味」は墓所の意で、三味花は墓所に植えられたための称。三枚花 [本草綱目啓蒙] は転訛。他に、一時花* [図説草木名彙辞典]・曼珠沙華 [本草綱目啓蒙] と呼ぶ。鱗茎はデンプンに富み、救荒食用 [図説草木名彙辞典] [食べられる野生植物大事典]。有毒成分であるリコリンを含むが、水溶性で長時間水に晒せば無害化できるため、戦時など非常時に食用とされた。また、鱗茎「石蒜 [本草綱目啓蒙]」は薬用 (利尿・去痰作用)。

三味 [さん-み]

①懐石料理で酸味・甘味・苦味の三種の味 [茶道名数事典]。②懐石料理の必須材料としての山の幸・海の幸・里の幸 [茶道名数事典]。

三味蕎麦 [さんみ-そば]

三種の蕎麦の味を楽しむことからの称 [蕎麦辞典]。三色蕎麦*とも呼ぶ [蕎麦辞典]。

三文饅頭 [さんもん-まんじゅう]

江戸時代、伊勢名物であった一個三文の大きな饅頭 [日本国語大辞典]。

三葉 [サン-ヨウ]

①セリ科のミツバ (三葉)*の別称 [図説草木名彙辞典]。食用。三葉の項の①を参照。②メギ科のナンテン (南天) の別称 [図説草木名彙辞典] [薬品手引書] [日本国語大辞典]。食用ではない。果実を薬用 (鎮咳・強壮) [図説草木名彙辞典]。料理の装飾 (折敷など) [図説草木名彙辞典]。

三葉酸 [サンヨウ-サン]

カタバミ科のカタバミ (片喰・傍食 [図説草木名彙辞典]) (酢漿草) の漢名別称 [図説草木名彙辞典]。三出葉で全草にシュウ酸 (蓚酸) を含み酸味が強いことからの称 [食べられる野生植物大事典]。花と葉を湯煮して酸味処理した後、食用 [食べられる野生植物大事典] [図説草木名彙辞典]。三葉白*とも呼ぶ。三角酸の項・三葉の項の②も

参照。

三葉白 [サンヨウ-ハク]

カタバミ科のカタバミ (片喰・傍食 [図説草木名彙辞典]) (酢漿草) の漢名別称 [図説草木名彙辞典]。三角酸・三葉酸*とも呼ぶ。三葉の項の②も参照。

三礼草 [サンライ-ソウ]

サンレイソウ (三礼草)*と同じ [図説草木名彙辞典]。

三陸物 [さんりく-もの]

三陸 (陸前・陸中・陸奥の三国) で獲れる魚介類。鮭、鱈、海鞘など [食材図典]。

三陸若芽・三陸和布 [サンリク-ワカメ]

三陸海岸に生息するチガイソ科の褐藻ワカメ (若芽・和布) [食材図典Ⅲ]。南部ワカメとも呼ぶ [食材図典Ⅲ]。南方系ワカメの鳴門ワカメに対して北方系ワカメと呼ばれる [食材図典Ⅲ]。

三稜草 [サンリョウ-ソウ]

ミクリ科のミクリ (実栗) の別称 [図説草木名彙辞典]。救荒食用 [図説草木名彙辞典]。三稜 (三稜草) の項を参照。

三礼草 [サンレイ-ソウ]

ゴマノハグサ科のカワヂシャ (川高苺) の別称 [薬品手引書] [図説草木名彙辞典] [日本国語大辞典]。サンライソウ (三礼草)*・蒼婆三礼草*とも呼ぶ [図説草木名彙辞典]。湿地に生え、高さ 20~60cm。葉はキク科の高苺に似る。若菜や茎は食用 [新牧野日本植物図鑑] [図説草木名彙辞典] [食べられる野生植物大事典]、刺身のつま [図説草木名彙辞典]。

三わり味噌 [さんわり-みそ]

江戸時代の味噌 [日本食物史 (下) 近世から近代]。未詳。

三椀 [さん-わん]

懐石用の三種の椀。三つ椀とも呼ぶ [名数数詞辞典]。四つ椀* (飯椀・汁椀・平椀・箸洗い椀) [名数数詞辞典] のうち、飯椀・汁椀・平椀の三種の椀。なお、飯椀・汁椀の二種は両椀という [名数数詞辞典]。

【(3) 名前に数字の三がつく食べ物 (その3) に続く】

(2019年10月1日受理)
(2019年11月5日採択)