

〈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3)

Food Materials and Foods with Numeral in the Name

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

森田 潤 司
(Junji MORITA)

[三] (しき〜わ)

式三献 [しき-さんこん・しき-さんごん]

江戸時代初期まで行われた式正料理(式正の饗膳)
(加冠、元服、祝言、昇階など祝賀の饗礼に行う正式の儀式料理)で、饗宴の初めにすすめる盃三献の礼式[図説江戸時代食生活事典][飲食事典]。すなわち、酒肴の膳を出して、大・中・小の杯で酒を三杯すすめることを一献と数え、これを一献(初献)、二献、三献と三度繰り返す、計九杯の酒をすすめること。三献*の②と同じ。

式正料理では、まず式三献として、引き渡し膳、雑煮膳、吸い物膳が出される[図説江戸時代食生活事典][日本料理由来事典]。これを雑煮三献といい、食品、食器、盛り方には決まりがある[図説江戸時代食生活事典]。膳ごとに盃三献の礼式をすすめる。ここまでは式正であり、続いて七五三膳*または七の膳*となるのが一番正式である[図説江戸時代食生活事典]。式三献は、室町時代以前には単に酒盃を三度重ねる意味の作法であったらしく、平安後期の『大鏡』(1100年頃)には「御賀茂詣の日は社頭にて三度の御かはらけ、定にてまゐらするわざなるを、その時には欄直・神主も心得て、大かはらけをぞ参らせしに云々」とある[飲食事典][日本料理由来事典]。その後、これに肴核を随伴する作法が発展し、特に盛大な祝宴などでは三献では終わらず、献数を重ねることが多くなり、三献の後の七五三膳などの料理、さらに楽奏などと様式は次第に複雑多岐となっていく[日本料理由来事

典]。そこで、最初の「三献」を儀礼的な作法として、特に「式三献」というようになったものと思われる[日本国語大辞典]。後に略式としては、三献一膳とし、勝栗・熨斗鮑・昆布各五を据え、一献(初献)、二献、三献と上中下の盃で順次進め、膳は一膳で済ませるようになった[飲食事典]。式三献の姿を変えたものが、現在の「三三九度*の盃」である。

式三献の肴 [しき-さんこん-の-さかな]
式三献*における肴、食器、盛り方の例。『貞丈雑記』(天保14年-1843)に〈式三献の肴拵え様、式書に云う、「本膳引わたし也。二の膳うちみなり。是は鯉のうすみをさしもの如く作り、土器に式寸斗高く杉なりに盛、右組・左組のひれをさし、金銀の露を置く也。(うすみとは腹もの所、身のうすき所なり。右組・左組は左右のひれなり。流儀によりて露なし)。三の膳わたいり也。是は鯉の身どころを作り、同腸を小口切にして三つ上におくべし。右組。左組をさす也。味噌にて煮る也。汁は入べからず云々。大草流と引き合わせ考うべし)とある。『茶湯献立指南』(元禄9年-1696)に江戸時代の茶の湯における式三献の各膳の肴と配膳図が残っている[日本料理由来事典]。

三味線 [シャミーセン]

アブラナ科のナズナ(薺)の別称[図説草木名彙辞典]。シャミセングサ(三味線草)*あるいはシャミセンバナ(三味線花)*の略称[図説草木名彙辞典][日本国語大辞典]。サミセン(三味線)*とも[図説草木名彙辞典]。

三味線貝 [シャミセン-ガイ]

①舌殻目シャミセンガイ科の触手動物の総称[図説魚と

貝の大事典 [魚介類 2.5 万名前大辞典]。食材に適する [魚介類 2.5 万名前大辞典]。また、②その一種のミドリシャミセンガイ (緑三味線貝)* [美味しいマイナー魚介図鑑]。

三味線貝類は二枚貝に似ているが、貝類ではない [日本料理由来事典]。二枚の長方形の殻で包まれた部分と細長い肉質の柄部をもち、その姿が「三味線」に似ることからの称 [日本料理由来事典]。古生代以来、体制がほとんど同じで、生きた化石の一例 [図説魚と貝の大辞典]。陸奥湾、相模湾、伊勢湾、瀬戸内海など遠浅の泥の多い海岸に群れをなして生息する [日本料理由来事典]。有明海沿岸では女冠者と称して珍味とする [日本料理由来事典]。有明海には多産したが、近年激減。特に大三味線貝については著しい [美味しいマイナー魚介図鑑]。

三味線草 [シャミセンゲサ]

サミセンゲサ (三味線草)*とも。①アブラナ科のナズナ (薺) の別称 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。「春の七草」の一つで、若葉、新芽、花、実、根を食用 [図説草木名彙辞典]。実の莢の形が三味線の撥に似ていることからの称。他に、ペンペン草 (ペンペン草)*・三味線草*・三味線花*・三味線花*・三味線*・三味線*・猫三味線*・三弦草*・三絃草*・相撲取草*・撥草などと呼ぶ [図説草木名彙辞典]。

また、地方によって次の三種の植物の別称。②イネ科のヒメコバンソウ (姫小判草) の別称。岡山県でいう [日本国語大辞典]。食用ではない。③サトイモ科のテンナンショウ (天南星) の別称。島根県旧簸川郡でいう [日本国語大辞典]。塊茎は有毒だが、救荒食物となる [図説草木名彙辞典]。例えばアイヌの人たちは高麗天南星の塊茎の上部の毒性成分の多い黄色の部分を取り除き、蒸したり、炉の熱い灰の中で蒸し焼きにしたりして刺激を弱めて食べた [食べられる野生植物大事典]。④フサシダ科のカニクサ (蟹草) の別称。愛知県知多郡・和歌山県東牟婁郡でいう [日本国語大辞典]。三味線曼とも呼ぶ。食用ではない。

三味線花 [シャミセンバナ]

①アブラナ科のナズナ (薺) の別称 [図説草木名彙辞典]。新潟県・岐阜県飛騨でいう [日本国語大辞典]。サミセンバナ (三味線花)*とも。三味線草の項の①を参照。②カタバミ科の多年草カタバミ (片喰・傍食) (酢漿草) の別称。京都市でいう [日本国語大辞典]。全草を救荒食用 [図説草木名彙辞典] [食べられる野生植物大事典]。三角酸の項・三葉の項の②を参照。③ラン科のホクロ (春蘭) の別称。石川県鹿島郡でいう [日本国語大辞典]。花を飲用とする [図説草木名彙辞典]。

三鞭酒 [しゃんぱん・しゃんぺん]

二酸化炭素ガスを含むワイン (葡萄酒) の一種 [飲食事典] [名数数詞辞典] [広辞苑]。三変酒とも書く [西国立志編 (明治 4 年-1871)]。シャンパン (シャンペン) の当て字。シャンペンはフランスのシャンパーニュ地方から産出。発酵の際に生じる二酸化炭素を含み爽快な味がする。祝杯などに用いられる。十七世紀末、ホ・ビエール寺の僧侶ドム・ベリニオンが初めて作ったとされる。最近では人工的に二酸化炭素ガスを吹き込んだものもある [飲食事典]。

助三ふのやき [すけそう-ふのやき]

麩の焼の一種で江戸名物の菓子 [守貞漫稿]。江戸麹町 (今の東京都千代田区) 三丁目橋屋佐兵衛の店の助惣焼 [近世菓子製法書集成]。転じて助三焼とも。小麦粉生地で餡を巻物状に巻きこんだもの [事典和菓子の世界]。延宝 (1673~1681 年) の頃にはすでに名物だったようで、明治初年まで人気があった [近世菓子製法書集成]。『守貞漫稿 (近代風俗志)』後集 (天保 8 年-1837~嘉永 6 年-1853) に「江戸名物 延宝中食物名物、(中略) 麹町の助三のふのやき、两国橋のちぢら糖、芝の三官飴、大仏大師堂の源五兵衛餅、(中略) 助三ふのやき今に存在す。今は助三焼と云ふ。ちぢら糖、三官飴、源五兵衛餅、今は之無し。延宝中食類、『紫一本』に所載。麹町の麩の焼は助三より始まりける。(後略)」(注: アンダーラインは著者) とある。

「ふのやき (麩の焼)」は千利休好みの茶会用菓子。『利休百会記』(天正 18 年-1590 8 月 17 日~翌年閏 1 月 24 日まで) にもその名がたびたび見える。製法はいろいろあったようである。よく知られているのは、小麦粉を水で溶いて平鍋に入れて薄く伸ばして焼き、味噌を塗って丸めるというつくり方 [菓子資料室 虎屋文庫 HP]。『御前菓子秘伝抄』(享保 3 年-1718) などには、味噌の代わりに刻んだ胡桃・山椒味噌・白砂糖・芥子の実などを入れて巻き込むつくり方もある [近世菓子製法書集成] [事典和菓子の世界]。助三ふのやき (助惣焼・助三焼) は味噌を餡に代えたものである。「ふのやき」も時代とともに様々に変化していったようである。

清三 [せいさ・せいざ]

人形浄瑠璃社会の隠語で清酒のこと [名数数詞辞典] [日本国語大辞典]。清三郎*の略称 [日本国語大辞典]。清座 [隠語大辞典] ととも、清左 [名数数詞辞典] ととも書く。清酒を文楽では「せざ」、寄席芸人は「せい」とも呼ぶ [日本国語大辞典]。逆転して、三清*とも呼ぶ。

清三郎 [せいざぶろう]

人形浄瑠璃社会の隠語で清酒のこと [名数数詞辞典] [日本国語大辞典]。「三郎」は擬人化。略して清三* (清座・清左)・せざ・さぶなどと呼ぶ [名数数詞辞典] [隠語大辞典]。三清*とも。

西洋三葉 [セイヨウミツバ]

セリ科オランダミツバ属のセロリの別称 [日本国語大辞典]。石川県一部、京都府一部および兵庫県一部でいう [日本国語大辞典]。和蘭三葉*とも呼ぶ。長野県一部では西洋菜、山形県一部では体菜と呼ぶ [日本国語大辞典]。和蘭三葉の項を参照。

膳部の三新 [ぜんぶの-さんしん]

江戸時代の料理の心得の一つ。膳中三新とも [料理通 (日本料理技術選集)]。『江戸流行料理通 (通称料理通)』初篇 (文政5年-1822)に「料理心得の部」があり、その一つに「重要な慶賀などの振る舞いのときの膳部の本膳、二の膳、三の膳の中に三新という秘事がある。本膳には杉の木の地の小角に香の物を盛り、二の膳に杉の木の地の丸い物を使って敷き味噌を盛り、三の膳に杉の木の地の地紙にさしみを盛り。これを膳中三新という」とある [料理通 (日本料理技術選集)]。

鯛の三道具 [タイの-みつどうぐ]

鯛の頭部にある農具の鎌・鋤・鎌の形に似た三つの骨の称 [俚言集覧] [日本国語大辞典]。三道具*に同じ。鯛料理の一つに「三道具鯛」がある [茶道名数事典]。『鯛百珍料理秘密箱』(天明5年-1785)に「三道具鯛の切方」の記載があり、「料理の時に背の鋤鎌を出あらひて。貯をけは。色々のまじないになる故のけをく也」とあるように、料理の際に鎌と鋤を取り出して洗い、いろいろな呪いになるとして蓄え [茶道名数事典]。なお、鯛の体にある八つの骨は「鯛の八具*」という [茶道名数事典]。

玉子三杯漬・卯三杯漬 [たまご-さんぱいづけ]

江戸時代の卵料理の一つ。三杯漬*の一つ。卵を煎り酒あるいは三杯酢*に漬けたもの [茶道名数事典]。『万宝料理秘密箱 (通称玉子百珍)』(天明5年-1785)に茶料理で道仙流の秘として出ている。つくり方は「ゆで卵の白身を一分(約3割)ほどに切ったものと煮た小豆を溶き卵に加えて、薄焼きにし、よく冷ましてから細長く刻み、酒をふって乾かし、煎り酒または三杯酢*に漬ける」。

唐三盆 [とう-さんぼん]

中国から輸入した上等の砂糖 [たべもの起源事典]。白下糖をさらに精製して純白の結晶にしたもの [日本国語大辞典]。三盆*。三盆白*。享保 (1716~1736年) 頃から日本で製造されるようになったものが和三盆*。

根三葉 [ネーミツバ]

根付きのまま出荷される軟化三葉の市場名。播種して一年間畑で十分に肥えさせた根株を掘り上げずに畑に残しておき、春先出てくる新芽に土寄せし、葉柄・葉を遮蔽して生育 (軟化栽培) し、根付きのまま収穫する [食材図典]。露地三葉とも呼ぶ。切り三葉*とともに主として関東で利用される。根三葉は最も香りが強いが、やや硬いので、切り洗って水気を切り胡麻油でざっと炒めて辛目に煮付けて刻み、胡椒を振り込むと風味がよい。三葉の項の①を参照。

晩三吉 [バン-サンキチ]

オクサンキチ (晩三吉)*に同じ [日本国語大辞典]。略して三吉* [日本国語大辞典]。

三池高菜 [ミイケータカナ]

アブラナ科の中国野菜のカラシナ (芥子菜) の栽培品種 [食材図典]。野沢菜、広島菜と並ぶ日本三大漬菜の一つである高菜を代表するもの [都道府県別地方野菜大全]。明治30年-1897頃導入された中国芥子菜 (青菜) が、佐賀県に伝わり、相地地方在来の紫高菜と自然交雑して生まれた [日本の野菜] [食材図典] [都道府県別地方野菜大全]。三池炭鉱が隆盛だった福岡県三池地方で産地化され [食材図典]、昭和7,8年-1932,1933頃三池高菜と呼ばれるようになった [日本の野菜]。

三池中生 [ミイケーナカテ]

アブラナ科のキャベツ (甘藍) で、秋蒔き中生の栽培品種 [食材図典]。名称は三池高菜と同趣。

三浦大根 [ミウラーダイコン]

アブラナ科のダイコン (大根) の栽培品種。三崎大根*とも。神奈川県三浦半島の特産。横浜付近で、胴の太いナカブダイコン、ネリマダイコン、ミイケータカナ中膨れ大根と練馬大根の自然交配で作られた [たべもの起源事典] [食材図典]。練馬大根の根が太く長いのに対して、三浦大根の根は紡錘形なのが特徴で味が良く、おもにおでんやふろふき、煮物とするが [日本料理由来事典]、沢庵にも用いる [日本国語大辞典]。近年は長すぎるものが敬遠され、生産が減少している [都道府県別地方野菜大全]。現在、黒崎三浦、竜神三浦2号などの系統が使用されている [都道府県別地方野菜大全]。

三浦和布 [ミウラーワカメ]

三浦半島横須賀市とその南の地域でわずかに養殖されているチガイソ科の褐藻ワカメ (和布) [日本の名産事典]。市場の評価は高い [日本の名産事典]。

三重酒 [みえ-ざけ]

醸造を三度繰り返した酒。最初に造った酒をもととして再度つくり、またそれをもととしてつくれたアルコール

濃度の高い酒 [日本国語大辞典]。『史記抄』(文明9年-1477) 孝文本紀に「常念と云者に、三重酒と云は何と造るぞと問たれば、先づ酒を造て、二度めには其酒を以て水に用て造るぞ。又三度めにも水を用る処に其酒を用て造るぞ」とある [日本国語大辞典]。

三重菜花 [ミエーナバナ]

アブラナ科のナバナ(菜花)の一種。菜花は西洋種菜種群の葉菜 [食材図典Ⅲ]。三重県桑名・松阪が生産であることからの称。古来、この地で食用油採取のために栽培されていたが、後に食用となった [食材図典Ⅲ]。

三節 [みーおり]

三節の酒*の略称 [広辞苑]。

三節の酒 [みおりーのーみさ]

昔、宮中で元旦・正月七日・正月十六日の三節会に供した酒 [日本国語大辞典]。三節* [広辞苑]。

三日 [みーか]

三日の餅*の略称 [広辞苑] [日本国語大辞典]。『落窪物語』(10世紀末頃)に「夜ざりは三日の夜なれば、いかさまにせん、こよひ餅いかで参るわざもがなと思ふに」とある [広辞苑]。

三日厨 [みかーぐり]

①平安時代、新任の国司や受領が現地に着任した時、在国の者がこれを三日間饗応すること [奥州後三年記(1347年)上] [名数数詞辞典] [日本国語大辞典]。みっかくりや [日本国語大辞典]。②郡司、預所などが荘園を巡回した時、これを三日間饗応すること [高野山文書(1190年)] [日本国語大辞典]。みっかくりや [日本国語大辞典]。落付三日厨 [日本国語大辞典]。③寺院で吉事の際に催される饗膳 [東大寺続要録(1281-1300年頃)] [日本国語大辞典]。

三笠 [ミーカサ・みかさ]

①ウリ科のスイカ(西瓜)の栽培品種 [食材図典Ⅲ]。奈良農試において、昭和26年-1951に試作され、翌年、三笠と命名された。改良品種の新三笠もある [食材図典Ⅲ]。②三笠。菓子^{ミカサ}の三笠山*の略称 [事典和菓子の世界]。三笠山の項の①を参照。

三笠味噌 [みかさ-みそ]

江戸時代の糠味噌。名称の由来不詳。つくり方は『料理山海郷』(寛延3年-1750)によると、「糠一升を色付かない程度に煎って、暖かくさめないうちに糀一升と極上醤油五合をかき混ぜ、壺に入れて二〇日置く。口を開けて五十日程日持ちする」。

三笠山 [みかさ-やま]

①カステラ焼き菓子 [たべもの起源事典]。平鍋焼きの一種 [日本名菓辞典]。三笠*とも呼ぶ [事典和菓子の世界]。

小麦粉、砂糖、鶏卵、ベーキングパウダーを水で溶いて鉄板に垂らして丸く焼き [たべもの起源事典]、この種子皮二枚の中に小豆餡を挟む [和菓子の辞典]。「銅鑼焼き」と同じであるが [和菓子の辞典] [たべもの起源事典]、二枚の皮の縁が互にくっつくようにつくってあることが多い [和菓子の辞典] [日本銘菓事典]。平安時代、唐に渡った阿倍仲麻呂が歌った「天の原ふりさけ見れば春日なる三笠の山に出し月かも」に因んだ称で、形は三笠山に見える満月を表す [和菓子の辞典] [日本銘菓事典]。また、三笠山の稜線をかたどったものという [日本名菓辞典] [事典和菓子の世界]。東京、奈良、長崎など、各地に老舗がある [たべもの起源事典]。②江戸時代の鱧料理の一つ。『海鮓百珍』(寛政7年-1795)によると「松茸の中びらきでかかへの有るものを笠際より切り離しの中へジャガタラハモ(鱧のすりみ)を盛って仰向けにしてよく蒸し切ってそのまま食す。若し塩加減がうすければ葛餡をかけて食す。おろし柚子又は山葵を加える。これを三笠山という」。松茸の傘形を奈良の三笠山に見立てた称か。

三日月燕魚 [ミカツキーツバメウオ]

スズキ目マンジュウダイ科の海水魚 [魚介類2.5万名前大辞典]。伊豆、小笠原、沖縄に生息 [美味しいマイナー魚介図鑑]。水族館の人気者。刺身などで食べるが、近縁種の燕魚と同様に、時に磯臭い個体があるのが難点 [美味しいマイナー魚介図鑑]。

三角 [ミーカード]

タデ科のソバ(蕎麦)の女房詞 [日葡辞書]。蕎麦の実が三角形であることからの称 [隠語辞典]。ソモジ・アライとも呼ぶ [御所ことば] [日本国語大辞典]。

三日の餅 [みかーのーもち]

新郎・新婦が婚礼三日目の夜に帳中で祝って食べる餅 [飲食事典] [たべもの起源事典]。また、その儀式。四種類の小餅であったらしいが、詳細は不明 [日本国語大辞典]。三日の餅* [広辞苑] [飲食事典] [日本国語大辞典]・三日の夜の餅 [広辞苑]・三日夜の餅* [貞丈雑記] [飲食事典] [広辞苑] [日本国語大辞典]・三日夜の餅* [飲食事典] [日本国語大辞典]・三夜の餅 [広辞苑]・三日* [広辞苑]・三つ目*・三つ目*ともいう。『落窪物語』や『源氏物語』にも見え、平安中期頃から宮中で行われること婚礼儀式の一つ。堂上家に於いては、近世まで行われていた。子孫繁栄の象徴 [たべもの起源事典]。かならずしも三日目でなくても、露顕の夜に祝うこともある [飲食事典]。『江家次第』(天永2年-1111)には、「髻君、装束を解きて袂を掩い云々、次に餅を供す。銀盤三枚(各々に小餅を惑る)と銀の箸臺、銀の箸、本の箸とをそう。

数のつく食べ物

くだんの箸臺は多く鶴の形に作られ、紫檀の地螺鈿の管に入れらる。くだんの管は燕螺鈿にて云々、多くは夫婦の年久しく子孫繁昌の者に之れを作らしめ、又くだんの餅も儲けさす。聶公は餅三枚を食す（食い切れず云々）とある〔たべもの起源事典〕〔飲食事典〕。室町時代頃には、餅を土器に盛り三方に据え、いざなぎの尊・いざなみの尊へ夫妻各二具ずつ供え、夫妻にも供え、嫁方の里へも贈った〔婚礼法式（1784年頃）〕〔飲食事典〕。また、江戸時代には、婚礼の時、五八〇箇乃至五八七厘の小餅を、藁で作った仄に入れ、夫妻の両家より使に特たせて遣り、途中で出逢って互に餅を受け渡して祝う風があった〔飲食事典〕。これについては、三つ目の餅の事〔貞丈雑記〕の項を参照。

三日の餅〔みかーのーもちい〕
三日の餅*に同じ。

三日の夜の餅〔みかーのーよーのーもちい〕
三日の餅*に同じ。

三日夜の餅〔みかよーのーもち〕
三日の餅*に同じ。

三日夜の餅〔みかよーのーもちい〕
三日の餅*に同じ。

三河和〔みかわーあえ〕
料理で胡瓜もみの一方法〔飲食事典〕。三河（今の愛知県東部）に由来する称だが、不詳。『料理物語』（寛永20年-1643）に「胡瓜を皮ともに刻み、塩少しふりもみ、ざっとすすぎ、絞り、花鰹入れ、ケシ、味噌を煎り酒と酢にてのべ、和え俵なり、こわく（かたく）なり候時は皮を去りても仕り候也」とある〔飲食事典〕〔図説江戸料理事典〕。『料理秘伝記』（安永2年-1773頃か）では「三川和」となっているが、「三河和」が正しいという〔食生活語彙五種便覧〕。『原点現代語訳 日本料理法秘伝集成』（昭和60年-1985）は、「身皮和え」、「実皮和え」と訳す。『料理早指南』（文化元年-1804）は「今云う水あえ」とする。

三河黄金〔ミカワ-コガネ〕
ウリ科のスイカ（西瓜）の一品種。大玉西瓜で、果皮も果肉も黄色〔食材図典〕。

三河酒〔みかわーざけ〕
三河（今の愛知県東部）でつくられる酒〔日本国語大辞典〕。三州酒*〔日本国語大辞典〕。

三河島枝豆〔ミカワシマー-エダマメ〕
東京都荒川区三河島でつくられてきた七月の中頃に収穫できるエダマメ（枝豆）〔JA 東京中央会 HP〕。枝豆はマメ科の大豆の未成熟の豆を収穫し、食用にするもの。三河島枝豆は枝数が多く、一鞘に三粒の豆が揃ってつく、優

れた特性をもつ〔JA 東京中央会 HP〕。江戸時代、徳川家康は江戸転封の際、尾張、遠州、駿河などにいた配下の商人や農民を江戸に連れてきたといわれており、その中で三河の百姓を入植させた地を三河島と名付けたとの説がある。この地域の土質は荒川下流の沖積土で、野菜の栽培に適しており、三河島菜*、三河島大根*とともに三河島枝豆も栽培されていた。現在では、当地の宅地化が進み、農地は消滅したので、品種は残っているが、栽培されていない〔JA 東京中央会 HP〕。

三河島大根〔ミカワシマー-ダイコン〕
アブラナ科のダイコン（大根）の栽培品種。東京都荒川区三河島で作られてきたことからの称〔日本国語大辞典〕。根は長く大きく先が太い。煮物に適する〔日本国語大辞典〕。

三河島菜〔ミカワシマー-ナ・ミカワジマー-ナ〕
アブラナ科のハクサイ（白菜）の栽培品種〔図説草木名彙辞典〕。三河島高菜とも。主に漬け物にした〔飲食事典〕。東京都荒川区の中央部、荒川の南側に当る低湿地三河島に特産したことからの称〔飲食事典〕。現在は失われたという。

三河種〔ミカワ-シュ〕
キジ科のニワトリ（鶏）の一品種〔日本国語大辞典〕。愛知県三河地区で明治末期から大正時代にかけて、卵肉兼用に適した種としてつくられた。

三河納豆〔みかわーなっとう〕
愛知県豊橋市の名物納豆〔たべもの起源事典〕。一休納豆*（一休寺納豆*）や静岡県の浜納豆などと同じく、唐納豆の流れを汲む塩辛納豆の一種。三河（今の愛知県東部）豊橋にある浄土宗悟真寺の八橋納豆*が知られる〔飲食事典〕〔たべもの起源事典〕。同寺はもとは三河吉田にあったのを室町後期の永正2年-1505に今川氏親が現在地に移したといい、そのとき納豆の製法も移った〔飲食事典〕〔たべもの起源事典〕。

三河味噌・参河味噌〔みかわーみそ〕
豆味噌の一つ。三河（参河）地方（今の愛知県東部）・岐阜県・三重県でつくられる。三州味噌*・八丁味噌*などと呼ばれる。濃厚な旨味と渋み、若干の苦みを持つ赤味噌。製法から二分半味噌*とも呼ぶ。『江戸流行料理通（通称料理通）』二篇（文政8年-1825）に「三州味噌」とともに「三河みそ」の名称がある。『合用日用料理抄』（元禄2年-1689）に「参河みそ」の名称がある。

三河餅〔みかわーもち〕
『料理伊呂波庖丁』（安永2年-1773）に名称のみ記載の餅。江戸幕府の歴史を記した『御記（徳川実紀）』（嘉永2

年-1849)に、徳川家康は大久保藤五郎忠行(大久保主水)の作った菓子を「御口にかないしとて毎度求め給いし」とあり、そのなかの「駿河餅」のことが[菓子資料室 虎屋文庫 HP]。大久保主水家の由緒書『嘉定記』では三河餅となっている[菓子資料室 虎屋文庫 HP]。また、大久保家に残されている、元亀3年-1572に浜松郊外の「羽入八幡」で藤五郎が鎧を着て家康に餅を献上する絵を見ると、かなり大きな紅白の餅である(菓子資料室 虎屋文庫 HP)。主水は、後年、家康が小石川用水の水源、井の頭池を訪れて茶を点てた時にも三河餅を献上している。この時、主水は湯を沸かした「宮嶋」という銘のある茶釜を拝領した[菓子資料室 虎屋文庫 HP]。

三寸・三木 [み-き]

酒の別称。酒を飲めば邪気を体に三寸(約9^{センチ})近づけないから、三寸という[飲食事辞典(日本料理技術選集)]。「みき」は神酒(御酒)の当て字。三木は転訛。『雑談集』(嘉元3年-1305年)に「俗の中に三寸はといえり。これを飲みぬれば。風三寸身に近づかねといえり。寸をきと読む事は、馬の四寸五寸なるをば、五寸という、証拠なり」とある[飲食事典]。

三木ごぼう [みき-ごぼう]

『江戸流行料理通(通称料理通)』初篇(文政5年-1822)精進汁之部冬に名称があるが、不詳。「三寸ごぼう」の意か。

三木ながいも [みき-ながいも]

『江戸流行料理通(通称料理通)』初篇精進汁之部春に名称があるが、不詳。「三寸ながいも」の意か。

三国 [み-くに]

江戸時代の吸い物の一つ。三国吸物[古事類苑]。名称は、椀種にする能登海苔の積み出し港である越前(今の福井県)三国に因んだものか。三国は日本海西回り航路の寄港地として栄えた。『料理物語』(寛永20年-1643)に「三国は能登海苔也。出汁たまりで(吸い物に)仕立てる。川海老を加えるとよい。吸い口は胡椒の粉」とある。『当流節用料理大全』(正徳4年-1714)や『料理早指南』(文化元年-1804)にも同様の記述がある。能登海苔については不詳。

三国西瓜 [ミクニ-スイカ]

福井県三国に産するウリ科のスイカ(西瓜)[日本の名産事典]。

三九日茄子 [みくにち-なす・みくにち-なすび]

三九日(九月の九のつく日。九日・十九日・二十九日)に茄子を食べる風習[俚言集覽][日本国語大辞典]。これを食べると病氣、特に中風にならないとか福が訪れると

みくにち [俚言集覽]。三九茄子*・三九*に同じ。この日に三九日粥、小豆粥、甘酒をつくるところも多い[民俗行事歳時記]。なお、三九日は中部地方でいい、東北地方では三九日という[民俗行事歳時記]。

三国辣蕪 [みくに-らっきょう]

福井県三国に産する辣蕪の酢漬け[漬け物(新・食品事典 ⑧)]。小粒の辣蕪が用いられる[漬け物(新・食品事典 ⑧)]。

三稜・三稜草 [ミ-クリ]

①ミクリ科の水生多年草ミクリ(実栗)の別称[図説草木名彙辞典]。葉・莖・花・実が三稜をなすこと[和漢三才図会]からの称。救荒食用[図説草木名彙辞典]。根・莖を薬用(造血など)。「ミクリ」の称は一説にその球果を栗に見立てた実栗の意[図説草木名彙辞典]。他に、三稜・三稜草*・荆三稜とも呼ぶ[図説草木名彙辞典]。漢名は黒三稜。②カヤツリグサ科のウキヤガラ(浮矢柄)の別称[図説草木名彙辞典]。食用ではない。根莖「三稜」[荆三稜]を薬用(通経・催乳)[図説草木名彙辞典]。

三線貝 [ミクリ-ガイ]

エゾバイ科の小型の巻き貝[美味しいマイナー魚介図鑑]。実栗貝[美味しいマイナー魚介図鑑]・身線貝[魚介類2.5万名前大辞典]とも書く。本州から九州の浅い砂地に生息する。高知県ではヨダレガイという。他に、アマミナ・チンコベ・ダイコクビナ・ユダイベとも呼ぶ[美味しいマイナー魚介図鑑]。食材に適する[魚介類2.5万名前大辞典]。同種に烏叢三線、黒筋三線、蘭作、滲標がある[美味しいマイナー魚介図鑑]。

三毛門 [ミケ-カド]・三毛門カボチャ [ミケカド-カボチャ]

ウリ科のニホンカボチャ(日本南瓜)の一品種。福岡県豊前市三毛門地域でつくられることからの称。晩生で大果[食材図典][新版食材図典]。古くから豊前地域に伝わり、煮物用に利用[都道府県別地方野菜大全]。

三崎大根 [ミサキ-ダイコン]

ミウラダイコン(三浦大根)*に同じ。神奈川県三浦半島三崎でつくられることからの称。

三塩あんばい [みしお-あんばい]

江戸時代の料理書『料理歌仙の組糸』(寛延元年-1748)などに出てくるが、不詳[食生活語彙五種便覧]。

三塩煮筍 [みしおに-たけのこ]

筍料理の一種。茹でた筍を好みに切り、酒、味噌、出汁を等量ずつ合わせた汁で煮たもの[茶道名数事典]。

三酢 [みしな-す]

葡萄酒料理に用いる合わせ酢。白砂糖三・白醤油三・酢四

を一緒に煮かえし、よく冷ましたもの。『素人包丁』三編（文政3年-1820）に「これは太白砂糖三分 白醬油三分 極上の酢四分を一緒に煮かえし、よく冷ましたもので、大粒の葡萄の肉を出し種を取ったものと、きくらげ、わりぐりの三品を小鉢に入れ、先の酢を貯めて上にワサビを置いて匙を付けて出す。酒の肴にもっともよい」とある。

三品漬 [みしな-づけ]

川魚や野菜を等量の酒と酢を合わせたものに漬けたもの [茶道名数事典]。『料理山海郷』（寛延2年-1749）によると、等量の酒と酢を煮て冷まし、これに三枚*におろして賽の目に切った川鱒、薄切りにした大根、防風、唐辛子などを漬ける [古事類苑]。

三種取合膳 [みしな-とりあわせ-いも]

料理の一つ。等量の薩摩芋（甘藷）、粟、慈姑の三種を生のまま皮をむいて、摺り卸し、葛粉を加えて混ぜ合わせて蒸したもの [茶道名数事典]。蒸した後、いろいろに調理する [茶道名数事典]。江戸時代には甘藷料理の奇品とされた [甘藷百珍]。

三品焼 [みしな-やき]

茶懷石で三品（三種類）の貝の焼き物 [茶道名数事典]。たとえば、味噌を塗って焼いた鮑の田楽、玉珮の貝柱の焼き物、小栄螺の壺焼きの三品を一つの器に取り合わせる [茶道名数事典]。夏の献立の一つ。

三島 [ミ-シマ]

①ミシマノリ（三島海苔）*の略称。摂津国三島郡（今の大阪府茨木市）でつくられていた寒天。『魚類精進早見献立帳』（天保5年-1834）夏三ヶ月献立 魚類に「みしま」、「三しま色のり」の語がみられる。②ミシマオコゼ科のミシマオコゼ（三島虎魚・三島鱧）*の略称 [新版食材図典] [魚介類別名辞典]。③ミシマオコゼ科のオオミシマ（大三島）*の略称 [魚介類 2.5 万名前大辞典] [魚介類別名辞典]。④ミシマオコゼ科のミシマアンコウ（三島鮫鱈）*の略称 [新版食材図典]。

三島鮫鱈 [ミシマ-アンコウ]

①ミシマオコゼ科のアオミシマ（青三島）*、②オオミシマ（大三島）* [新版食材図典]、あるいは③サツオミシマ（薩男三島・狹男三島）*の別称 [魚介類 2.5 万名前大辞典] [魚介類別名辞典]。三島*とも呼ぶ [新版食材図典]。

三島独活 [ミシマ-ウド]

大阪府旧三島郡（今の茨木市）で栽培されるウコギ科のウド（独活）。天保年間（1831~1845年）から栽培されており、「なにわの伝統野菜」に制定されている [食材図典Ⅲ]。最も大きな特徴は江戸時代から継承されている伝

統農法により栽培することであり、独活小屋に並べた独活の株の上に、藁と干し草を積み重ね、発酵させた熟を利用して保温し、独活を育てる。外気に一切触れず、藁と干し草を押し上げて育つため、一般的な軟白独活と比べて、色が白く、アクが少なく、柔らかく、みずみずしく、味も甘いといわれている。

三島虎魚・三島鱧 [ミシマ-オコゼ]

ミシマオコゼ科の白身肉の硬骨魚 [魚介類 2.5 万名前大辞典]。三島*とも呼ぶ [新版食材図典] [魚介類 2.5 万名前大辞典]。北海道から九州南岸の太平洋沿岸、青森から九州南岸の日本海・東シナ海沿岸に生息 [美味しいマイナー魚介図鑑]。全長約 30cm。体は肥り、灰色。背部に赤褐色網状の斑紋がある。味はあまり良くないので肉を練製品とする [新版食材図典]。味噌汁や鍋にすると美味しい [新版食材図典] [美味しいマイナー魚介図鑑]。「オコゼ」の称は外形が少し虎魚（鬼虎魚）に似ており醜悪な感じを受けるためであり [新釈魚名考]、本種を虎魚と呼ぶ地方もある [新版食材図典]。しかし、カサゴ目の虎魚類ではない [新釈魚名考]。「ミシマ」の称は、①東海道の宿場三島（今の静岡県三島市）の女郎衆の容姿が良くなかったことに由来するといひ [新釈魚名考]、ミシマ女郎*（長崎県・静岡県）とも [新釈魚名考]、三島女郎*とも呼ぶ。また、②静岡県三島神社の三島信仰に因む魚だからという説 [新版食材図典]、③姿が虎魚（鬼虎魚）に似て、背面の模様が生島焼きの陶器のようだからという説 [図説魚と貝の大辞典] がある。あるいは、④兵庫県淡路島の沼島の地名に由来するという説 [美味しいマイナー魚介図鑑] [図説魚と貝の大辞典] [新釈魚名考]、⑤この地の沼島女郎のように醜いの意からとする説 [新釈魚名考] もあり、沼島女郎（明石）とも呼ぶ [新釈魚名考]。「ミシマ」は「ヌシマ」からの音転という。三島虎魚には他に、ヤマカン（鹿児島県西北部）・カンガリ（淡路）・カガリ（明石）・サカンボウ（新潟）・小女郎（和歌山県）・ムシマ [日本国語大辞典]・木八束* [魚介類 2.5 万名前大辞典] [魚介類別名辞典] など多くの称がある [新釈魚名考]。ムシマは「ミシマ」あるいは「ヌシマ」の転訛 [新釈魚名考]。また、魚形や風味が河豚に似ることから、三島河豚（和歌山県） [新釈魚名考]・三島河豚* [新版食材図典]・ミシマブク（愛知県・愛媛県） [新釈魚名考]・オコゼフグ（山口県） [新釈魚名考]・ムシマフグ（和歌山県・高知県） [新釈魚名考]とも呼ぶ。近縁種に青三島*、大三島*、薩男三島（狹男三島）*がある [美味しいマイナー魚介図鑑]。

三島柴胡・三島花胡 [ミシマ-サイコ]

セリ科の多年草 [図説草木名彙辞典]。若葉を救荒食用

〔図説草木名彙辞典〕。乾燥した根「柴胡」は薬用（解熱、鎮痛）〔図説草木名彙辞典〕〔食材図典〕。その昔、伊豆の国（今の静岡県）三島で生薬材料を産したことからの称〔図説草木名彙辞典〕〔日本国語大辞典〕。鎌倉柴胡とも〔本草綱目啓蒙〕〔図説草木名彙辞典〕。漢名は柴胡〔本草綱目啓蒙〕。古名はアマカナあるいはノゼリ〔本草綱目啓蒙〕。

三島女郎・三島女良〔ミシマージョロ〕

ミシマオコゼ科の硬骨魚ミシマオコゼ（三島鱧）*の別称。長崎でいう〔新釈魚名考〕。静岡県でもいう〔新釈魚名考〕〔日本国語大辞典〕。ミシマジョロウ（三島女郎・三島女良）とも呼ぶ〔魚分類2.5万名前大辞典〕〔魚介類別名辞典〕〔日本国語大辞典〕。江戸時代、東海道の三島の宿は田舎で美人がいなかったらしい。そこで伊豆地方では不美人の例えとして「三島女郎」の言葉があった。そこから、見栄えのしない外見の三島鱧の別称に「ミシマ」の語があてがわれたという。また、三島河豚*と呼ぶ。『古今料理集』（延宝2年-1674以前か）にも「みしま女郎」「みしま女良」の名称がある。

三島女郎・三島女良〔ミシマージョロウ〕

ミシマジョロ（三島女郎・三島女良）*に同じ。

三島女郎衆〔ミシマージョロシユ〕

ミシマオコゼ科のメガネウオ（眼鏡魚）*の別称。長崎でいう〔図説魚と貝の大辞典〕。この魚の見栄えのしない外見からの称か。ムシマとも呼ぶ〔魚介類別名辞典〕。

三島女郎衆〔ミシマージョロシユウ〕

イソギンポ科のナベカ（那邊加・那辺加）の別称。伊豆でいう〔新釈魚名考〕。三島女郎衆は醜女・ふしだらな女の意〔新釈魚名考〕。この魚の見栄えのしない外見からの称〔新釈魚名考〕。銚子で山の神と呼ぶのも同趣〔新釈魚名考〕。鳥根県で三番叟*と呼ぶ〔新釈魚名考〕。

三島沢庵〔みしま-たくあん〕

静岡県三島地方のよく肥えていて深い土壌で育った大根でつくった沢庵漬〔漬け物（新・食品事典⑧）〕。糠に柿の皮や梔子の実を入れる方法もある〔漬け物（新・食品事典⑧）〕。臨済宗妙心寺派の禅道場竜沢寺のものが知られている〔漬け物（新・食品事典⑧）〕。

三島海苔・三嶋海苔・三島苔・三嶋苔〔みしま-のり〕

①寒天のこと。京都伏見近郊の摂津国三島郡（現 大阪府茨木市）でつくられていたことからの称〔海藻〕。三島*とも。江戸時代から明治時代にかけては大阪乾物市場の主要商品の一つであった〔海藻〕。『江戸流行料理通（通称料理通）』初篇、『精進料理献立』（文政7年-1824）、『料理調業四季献立集』（天保7年-1836）などに記載。着

色して使った場合もあるらしく、『魚類精進早見献立帳』（天保5年-1834）夏三ヶ月献立魚類に「三しま色のり」の名称がある。三縞海苔（三縞苔）*の項も参照。これに対して、『江戸流行料理通（通称料理通）』初篇の「しろみしま」は、着色しないのものあるいは脱色したものか。『海藻』（宮下章〔著〕1974年）は「三島苔 伏見に近い三島郡下で創製されたのでこの名がある。下等品の寒天を裂き破ってから箱の中に入れ、圧して石のように堅くする。その後取り出し、かんなで削って小さく砕き、これを洗う。白色の品はすぐ平めな角盆の内へ押しならべて晒し、乾かす。色つきは、青、赤、浅碧の三種で、それぞれ染汁にひたしてのち、晒乾する。仕上がりはごわごわしたアマノリ状の品となる。一枚は五寸四分。二枚を青、赤、白の縞模様あきぎに染め分けたものを筋三島という。三縞ある所から三島ノリひんというのは間違いだ。これらの用途はさしみの軒、すしの上置きなど。江戸時代から明治時代にかけては大阪乾物市場の主要商品の一となっていた」（注：アンダーラインは著者）と記す〔日本料理事物起源〕。②ウシケノリ科の紅藻ミシマノリ。語源不詳。紫菜〔本草綱目啓蒙〕。浅草ノリの仲間。周防（今の山口県東南部）や伊豆地方（今の静岡県東部）でとれた〔本草綱目啓蒙〕。『本草綱目啓蒙』（享和3年-1803~文化3年-1811）の紫菜の項に「防州の三島ノリ 肥後の万願寺ノリ、豊前の小倉ノリ、豆州の三島ノリ、奥州ノ仙台ノリ 此外諸州ニ紫菜アリ」と記載。③淡水産の川苔の一種ミシマノリ。奈良県布留川支流の三島川でとれたことからの称。『大和志』（享保21年・元元元年-1736）にも特産として記録される。

三縞海苔・三縞苔〔みしま-のり〕

青、赤、浅碧色に着色した寒天を細く切ってつくった食品〔日本国語大辞典〕。一枚を青（緑）、赤、白の三色の縞模様あきぎに染め分けたものもあり〔日本国語大辞典〕〔海藻〕。これは筋三島という〔海藻〕。湯で洗い、膾なますにしたり、刺身にあしらいとして添える〔日本国語大辞典〕。『魚類精進早見献立帳』（天保5年-1834）夏三ヶ月献立魚類に「三しま色のり」の名称がある。三島海苔の項の①も参照。

三島河豚〔ミシマフグ〕

①ミシマオコゼ科のミシマオコゼ（三島鱧）*の別称〔新釈魚名考〕〔日本国語大辞典〕〔新版食材図典〕。熊野矢口浦・福島県石城郡・愛知県名古屋市・三重県南牟婁郡などという〔日本国語大辞典〕。和歌山県でミシマフグ〔日本国語大辞典〕〔新釈魚名考〕。同じく和歌山県でムシマフル〔日本国語大辞典〕。愛知県名古屋市・愛媛県宇摩郡でミシマ

数のつく食べ物

ブク [新釈魚名考]。鳥根県浜田市でミシマボッコオ [日本国語大辞典]。和歌山県・山口県大島・高知県でムシマフグ [日本国語大辞典] [新釈魚名考]。山口県で虎魚河豚 [新釈魚名考]。静岡県・長崎県で三島女郎* [日本国語大辞典] [ミシマジョロ] [新釈魚名考]。②アンコウ科のカエルアンコウ (蛙鮫鱈) (旧名イザリウオ (鰓魚)) の別称。紀州 (今の和歌山県) 常滑でいう [日本国語大辞典]。

三嶋豆・三島豆 [みしま-まめ]

飛騨高山の大豆菓子 [食材図典Ⅱ]。同市上三之町の三嶋治兵衛翁により明治8年-1875あるいは明治15, 16年-1882, 3頃 [日本銘菓事典] に発明されたことからの称。青大豆を水につけ、膨れたものを回転釜で炒り豆にし、それに糖蜜をまぶしては焙炉にかけ、砂糖の衣掛けにする [食材図典Ⅱ]。白砂糖をまぶしたものの他、青海苔のものもある [日本銘菓事典]。

三筋の腸 [みすじ-の-ちよう]

マナマコ科の棘皮動物ナマコ (海鼠) の腸, 「このわた」の称。長いほどよいとされることからいう [図説魚と貝の大事典]。

三鷹 [ミ-タカ]

ナス科のトウガラシ (唐辛子) の一品種。愛知県で「鷹の爪」と「八つ房」の交配でつくられた [食材図典]。三河の「鷹の爪」の意の称。一時は多く生産され輸出もされたが、今は衰退している [食材図典]。

三武や流 [みたけや-りゅう]

江戸時代の有名な白味噌の一つ。語源不詳。『古今料理集』六 (延宝2年-1674以前か) に、〈近代白味噌の仕手あまた有りといへ共 上手は高砂やみたけやより外には有ましきか遣くらへてしるへき物なり〉、〈みたけ屋高砂流の白味噌〉、〈白味噌は高砂や三武や流の成程塩のあまきを〉 (注: アンダーラインは著者) とある。

三谷六葉草 [ミタニー-ロクヨウソウ]

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) の別称 [本草綱目啓蒙] [日本国語大辞典]。三角酸の項・三葉の項の②を参照。

三度栗 [ミタビー-グリ]

サンドグリ (三度栗)*に同じ [日本国語大辞典]。ブナ科クリ属のササグリ (笹栗・小栗) (柴栗) の一種 [書言字考節用集]。一年に三度生ることからの称 [毛吹草] [本朝食鑑]。

三合 [みつ-あい]

鯨の部位。「丸切のるり」のこと。『鯨肉調味方』(天保3年-1832)によると「クジラ (鯨) の尾の両端に分かれ

たところを三角に切ったものを三合という。丸切りと尾羽毛との間」のこと。

三葵 [ミツ-アオイ]

ミツバアオイ (三葉葵)*の略称 [日本国語大辞典]。

三石昆布 [ミツイシー-コンブ]

北海道日高地方でとれる褐藻類コンブ科の海藻 [図説草木名彙辞典]。産地である襟裳岬西方の三石町が名称の由来 [食材図典]。他にも産地から日高昆布・十勝昆布*・浦河昆布 [図説草木名彙辞典], 様似昆布とも呼ぶ [日本料理由来事典]。全国的に最も多く使われ、繊維質が柔らかく煮上がりが早く [食材図典], 出汁もよく出るので、煮昆布や昆布巻きに適する。

三角本宿借 [ミツカド-ホンヤドカリ]

ホンヤドカリ科の海水動物 [美味しいマイナー魚介図鑑]。北海道から長崎県・千葉県に生息 [美味しいマイナー魚介図鑑]。宿借は平安時代から塩辛などにして食べられていたが、今ではほとんど食べられない [美味しいマイナー魚介図鑑]。塩ゆでや焼いて食べると、殻は柔らかく身は甘みがある [美味しいマイナー魚介図鑑]。

三日祝い [みっか-いわい]

三つ目*の項の③に同じ [食材図典Ⅲ]。

三日の団子汁 [みっか-の-だんごじる]

富山県の郷土料理 [日本料理由来事典]。産後三日目につくって産婦に食べさせる団子の味噌汁。つくり方は、「糯米と粳米を三対一の割合で合わせて、熱湯で捏ね、耳たぶくらいの硬さにして親指大の団子に丸め、真ん中をくぼませる。干しズイキを水に戻し、2倍くらいに切る。鰹節からとった出し汁を沸騰させ、団子とズイキを入れる。団子が浮いてきたら、味噌を入れ、火を止める」 [日本料理由来事典]。以前は、誕生三日目の「三つ目の祝い*」として「三日の団子」をつくって親戚や近所に配る風習も見られた [日本料理由来事典]。三つ目の項の③を参照

三日とろろ [みっか-とろろ]

正月三日にとろろ飯を食べる東北地方の風習 [たべもの日本史総覧]。風邪を引かないという。地方によってはとろろの代わりに納豆を用いる [たべもの日本史総覧]。

三ヶ日ミカン [ミツカビー-ミカン]

ミカン科のウンシュウミカン (温州蜜柑) の栽培品種。静岡県三ヶ日で生産されるものの商標 [食材図典Ⅲ]。

三組 [みつ-ぐみ]

三組杯 (三組盃) の略称 [日本国語大辞典]。

三組杯・三組盃 [みつぐみ-さかずき・みつぐみ-さかずき]

三組^{みつぐみ}*, 三組の杯^{みつぐみ さかづき}とも。大中小の三つの杯(盃)を合わせて一緒にしたもの。婚礼などの儀式に用いる三組の杯(盃) [日本国語大辞典]。『料理切方秘伝抄』(万治2年-1659以前)や『当流節用料理大全』(正徳4年-1714)に〈三つ盃^{さかつき}之事 日月皇^{くはう}之三光也。是により堅^{かたく}〜(同じ)かたく火をいみて冷酒なり)とある。

三つ栗 [ミツクリ・ミツグリ]

①一つの毬^{いが}のなかに実が三つ入っているブナ科のクリ(栗) [茶道名数事典]。一つ栗^{ひとつクリ}・二子栗^{ふたごクリ}(双子栗)の項も参照。②初期の懐石料理で、栗を三つ葉の形につくったもの [茶道名数事典]。水栗ともいった [茶道名数事典]。

三つ肴 [みつーさかな]

三種の肴^{さんしゆ さかな}*に同じ。合戦にあたって勝利を招くとされる縁起物三種。打鮑^{うちアマビ}・搗栗^{からグリ}(勝栗)・昆布^{コンブ}。『南窓筆記』卷三(18世紀後半)に「三つ肴の事。小笠原にては打鮑・かちぐり・昆布。出陣の時は打勝てよるこぶ、凱陣の時は勝て打よるこぶ、公家衆にては凱陣の時は打鮑を除て勝て喜ぶと喰なり」とある [日本国語大辞典]。出陣と帰陣では順番が入り替わる [酒の肴雑学百科]。

三関せり [ミツセキセリ]

秋田県湯沢市三関地区で生産されるセリ科のセリ(芹) [食材図典Ⅲ]。

三白草 [ミツジローソウ]

サンパクソウ(三白草)*に同じ [図説草木名彙辞典]。

三つ目 [みつっめ]

みつめ(三つ目)*に同じ。

三つ目の餅の事 [みつめーのーもちーのーこと]

江戸時代の婚礼行事。三つ目^{みつめ}*・三つ目^{みつめ}*とも。『貞丈雑記』に「今世上に、婚礼の三つ目の日、婿^{むこしゅうと}・舅^{もとい}共に餅をつかせて五八七個の小餅に丸めて菓のむしろで作ったカマスに入れ、夫婦の両家より使い持たせて遣り、途中で出会って、互いに餅を受け渡して祝う事、当世江戸にて専らはやるなり」とある。三日の餅の項も参照。

三道具 [みつーどうぐ]

鯛の頭部にある農具の鍬^{くわ}・鋤^{すき}・鎌^{かま}の形に似た三つの骨 [広辞苑]。鯛の三つ道具*に同じ。

三成・三生 [みつーなり]

三個一緒に実っている果実 [日本国語大辞典]。

三つ葉・三葉 [ミツバ]

枝ごとに三つの葉がある植物の称。①セリ科のミツバ^{みつば}(三葉)。三葉芹^{みつば}*・三葉*とも呼ぶ [図説草木名彙辞典]。漢名は野蜀葵 [大和本草] [和漢三才図会]・鴨兒芹 [図説草木名彙辞典]・芙蓉葉 [鏡頭屋本節用集] [易林本節用集]。三葉の称は葉が長い葉柄の先に三枚ずつ集まって逆 Y 字

形に互生してついているところから。各地の山野に自生し、また、江戸時代初期から野菜として畑で栽培される [本朝食鑑] [食生活語彙五種便覧]。栽培の方法によって、青三葉^{アオミツバ}* (糸三葉^{イトミツバ}*)、切り三葉^{キリミツバ}*, 根三葉^{ネミツバ}*の三種がある [日本料理由来事典]。根も葉も茎もさわやかな香気をもち美味。新葉や新茎を吸い物の実、おしたし、和え物、薬味に用いる [食材図典]。②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)の別称 [本草綱目啓蒙]。花と葉など全草を湯煮して酸味処理後、救荒食用とする他 [図説草木名彙辞典]、薬味などにする [食べられる野生植物大事典]。葉・茎「酢漿草」は薬用(疥癬) [図説草木名彙辞典]。酢漿草の別称には三谷六葉草^{サダシヨウソウ}* [本草綱目啓蒙]・カタバミ三葉 [江戸流行料理通] などがあり、漢名には三角酸^{サンカクサン}*・三葉酸^{サンヨウサン}*・三葉白^{サンヨウハク}*・三葉酢漿草^{ミツバ}* [本草綱目啓蒙]・百脉根などがある [図説草木名彙辞典]。③マメ科のウマゴヤシ(馬肥)の別称 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。葉は倒卵型の小三葉からなる [名数数詞辞典]。漢名は苜蓿 [本草綱目啓蒙]。馬肥はこの草が馬の飼料として良質であることからの称という [図説草木名彙辞典]。若葉を食用 [図説草木名彙辞典]。飯に加えて食す [大和本草]。

三葉葵 [ミツバーアオイ]

ユリ科のエンレイソウ(延齡草)の別称 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。有毒だが、若芽を水によくさらして食用とする [食べられる野生植物大事典]。熟した果実も甘味があって生食できるという。根茎「延齡草根」は薬用(健胃など) [図説草木名彙辞典]。他に三葵^{ミツバアオイ}* [日本国語大辞典]・三葉母^{ミツバイチゴ}* [本草綱目啓蒙]・三葉人參^{ミツバニンジン}* [本草綱目啓蒙]とも呼ぶ [図説草木名彙辞典]。山三葉*とも呼ぶ。

三葉木通・三葉通草 [ミツバーアケビ]

アケビ科アケビ属の蔓性落葉低木 [物品識名拾遺] [日本植物名彙]。普通の木通(万年藤*)が五枚の小葉の複葉であるのに対して、この種は三枚の小葉であることからの称 [図説草木名彙辞典] [日本野生植物館]。漢名は三葉通草 [図説草木名彙辞典]。四月頃暗紫色の花を開く。果実は木通に似て楕円形で成熟して裂け、白い果肉が見え、甘い [食材図典]。新芽・若葉・実は救荒食用となる [図説草木名彙辞典]。果皮「木通」は薬用(利尿・通経)となり [図説草木名彙辞典]、蔓は木通と同様にバスケットや椅子などの細工用とする [日本国語大辞典]。実からは油をとり、樹皮を縄とする [図説草木名彙辞典]。

三葉莓・三葉莓 [ミツバーイチゴ]

①バラ科キイチゴ属のナワシロイチゴ(苗代莓・苗代莓)の別称 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。葉が互生

し三小葉または五小葉の奇数羽状複葉からなることからの称。実を食用。②バラ科ヘビイチゴ属の植物ヘビイチゴ（蛇苺・蛇苺）の別称 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。実は毒はないが味がないので、食用とはしない [図説草木名彙辞典]。③ユリ科のエンレイソウ（延齢草）の別称 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。越後地方（今の新潟県）でいう [本草綱目啓蒙]。延齢草は三葉葵の項を参照。

三葉空木・三葉卯木 [ミツパーウツギ]

ミツバウツギ科の落葉低木 [図説草木名彙辞典]。葉が三出複葉で、花がアジサイ科の空木に似ることからの称 [日本野生植物館]。低山や日当たりのよい場所に自生。五月から六月頃、山吹に似た五弁の白い花をつける。食用山菜の一つ。四月から五月に葉の開く前の新芽を摘み、塩ゆでにしてアクを抜き、浸し物、和え物にする [食べられる野生植物大事典]。また、干した葉をもどして煮付け、炒め物にする。塩漬けでも保存する。材は木釘・箸とする [図説草木名彙辞典]。豆木・箸木・米米・楮・イヌコギリ・カサギ・コメノキ・ニシコリなどとも呼ぶ [図説草木名彙辞典]。漢名は省枯油 [物品識名] [日本植物名彙]・省枯油 [図説草木名彙辞典]。

三葉海棠 [ミツパーカイドウ]

バラ科のズミ（棠梨・塙）の別称 [図説草木名彙辞典]。実を食用とし、また酢とする [図説草木名彙辞典]。小林檜・山梨・藪林檎などとも呼ぶ [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。

三葉酢漿草 [ミツパーカタバミ・ミツパーカタバミソウ]

カタバミ科の多年草カタバミ（片喰・傍食 [図説草木名彙辞典]）（酢漿草）の漢名別称 [本草綱目啓蒙] [日本国語大辞典]。三出葉で全草にシュウ酸（蓚酸）を含み酸味が強いこと [食べられる野生植物大事典] からの称。花と葉を食用。湯煮して酸味処理が必要 [図説草木名彙辞典]。三角酸の項・三葉の項の②を参照。

三葉草 [ミツパーグサ]

①セリ科多年草 [図説草木名彙辞典] [羅葡日辞書] [日本植物名彙] [日本国語大辞典]。上葉が三つに全裂して、三葉の葉に似ていることからの称 [新牧野日本植物圖鑑] [日本国語大辞典]。本州中部以西、四国、九州の山地に自生する [日本国語大辞典]。食用とはしない。②セリ科のノダケ（野竹）の別称 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。漢名土当帰。若芽・葉を救荒食用 [図説草木名彙辞典] [食べられる野生植物大事典]。根を薬用（鎮痛・鎮咳・去痰） [図説草木名彙辞典]。③ヒノキ科のヒノキ（檜）の別称

[譬喩尽] [図説草木名彙辞典]。食用ではない。④フロウソウ科のゲンノショウコ（現証拋）の別称。愛媛県周桑郡でいう [日本国語大辞典]。葉や花を食用。また、全草を煎じて現証拋茶に [食べられる野生植物大事典]。茎・葉を薬用（下痢止め・健胃・整腸など） [図説草木名彙辞典]。⑤マメ科のシロツメクサ（白詰草）の別称。長野県佐久でいう [日本国語大辞典]。白詰草は三葉花*・三葉花*とも呼ぶ [図説草木名彙辞典]。茎・葉を救荒食用 [図説草木名彙辞典]。緑肥・牧草 [図説草木名彙辞典]。

三葉崑崙草 [ミツパーコンロンソウ]

アブラナ科タネツケバナ属の多年草。「三葉」は葉が長柄をもち三出複葉であることからの称 [日本国語大辞典] [新牧野日本植物圖鑑]。「崑崙草」の語源は不詳。花の白さを崑崙山の雪に喩えたものか [新牧野日本植物圖鑑]。同属の崑崙草は有毒だが、若葉・根を救荒食用 [図説草木名彙辞典] [食べられる野生植物大事典]。三葉崑崙草も若葉・茎が食べられる [食べられる野生植物大事典]。

三葉芹 [ミツパーセリ・ミツパーゼリ]

セリ科のミツバ（三葉）*の別称 [日本植物名彙] [図説草木名彙辞典]。葉が長い葉柄の先に三枚ずつ集まって逆Y字形に互生してついているところからの称。『本朝食鑑』（元禄10年-1697）に「三葉芹 字の通りである」とある。各地の山野に自生し、また、江戸時代初期から野菜として畑で栽培される [本朝食鑑]。漢名は芙蓉葉 [饅頭屋本節用集] [易林本節用集]・野蜀葵 [大和本草] [和漢三才図会]・鴨兒芹 [図説草木名彙辞典]。『饅頭屋本節用集』（室町末）に「芙蓉葉 ミツバゼリ」とある。『大和本草』に「野蜀葵 和名ミツバゼリ」、『和漢三才図会』（正徳3年-1713）に「野蜀葵 俗云三葉芹」とある。江戸初期までは三葉芹と呼んだが、中期から江戸で「みつば（三葉）」と呼ぶようになり、文化文政年間（1804-1830）以降、関西でもこれにならって「みつば（三葉）」と呼ぶようになった [食生活語彙五種便覧]。

三葉溜漬 [みつば-たまりづけ]

『四季漬物塩嘉言』（天保7年-1836）に記載の漬け物。三葉*を味噌の溜まりに漬けたもの。

三鉢 [みつばち]

三種の肴（煮物・和え物・刺身）をそろえた鉢料理 [日本国語大辞典]。

三葉躑躅 [ミツパーツツジ]

ツツジ科の落葉低木 [図説草木名彙辞典]。一番躑躅とも呼ぶ [図説草木名彙辞典]。躑躅は花・葉を食用 [図説草木名彙辞典]。

三葉人參 [ミツパーニンジン]

①ユリ科のエンレイソウ(延齡草)の別称 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。延齡草は三葉 葵の項を参照。②セリ科のムカゴニンジン(零余子人参)*の別称 [本草綱目啓蒙]。上部の小葉が三枚で尖っており、根が人参に似ていることから。白い根を食用 [食べられる野生植物大事典]。

三葉花 [ミツバーノハナ]

マメ科のシロツメクサ(白詰草)の別称 [図説草木名彙辞典]。ミツババナ(三葉花)*とも [図説草木名彙辞典]。三葉草* [日本国語大辞典]。葉の形状からの称。茎・葉を救荒食用 [図説草木名彙辞典]。

三葉花 [ミツバーバナ]

ミツバノハナ(三葉花)*に同じ。

三葉蔓荊 [ミツバーハマゴウ]

クマツヅラ科ハマゴウ属の常緑高木 [食べられる野生植物大事典]。三出葉であることからの称 [食べられる野生植物大事典]。奄美大島以南の琉球に生育。若葉と未熟果を食用 [食べられる野生植物大事典]。香りが優しく、亜熱帯のハーブとして最高の風味 [食べられる野生植物大事典]。

三葉松 [ミツバーノマツ]

マツ科のサンコノマツ(三針松)*の別称 [図説草木名彙辞典]。

三葉飯・三葉食 [みつばめし]

三葉*を加薬とした飯。『料理珍味集』(宝暦14年-1763)には「三葉食 ミツバ(三葉)を湯煮して軸だけを粒切りにして洗い、飯にまぶす。蕎麦切り汁にて用いる」とある。

三粒 [み-つぶ]

穀物の種子など丸くて小さなもの三つ [名数数詞辞典]。「産するときは額で小豆が三粒煮える」(お産の時の産婦の苦しみが激しいことのとえ)、「見た豆三粒」(人に見られた食べ物とはとえ豆三粒でも分けて食べるものであることのとえ)のことわざがある [名数数詞辞典]。

三節草 [ミツフシグサ・ミツフシグサ]

イネ科のイネ(稲)の別称 [図説草木名彙辞典] [諺語大事典] [隠語大辞典] [日本国語大辞典]。ミフシグサ(三節草)*とも [図説草木名彙辞典]。

三ツ星五ツ星の事 [みつほしいつぽしーの-こと]

盃の置き方 [大草殿より相伝之事]。『貞丈雑記』に「三ツ星五ツ星の盃と云うは、州浜の台に、花鳥等の作り物なくて、盃ばかり〇〇かくの如く大・中・小を並べ置くを三ツ星と云い、〇〇〇〇かくの如くおきたるを五ツ星と云う。この五ツも、段々に大なるを置くなり(三星・五星などの事を「星の物」という)」とある。

三俣・三股・三叉 [ミツマタ]

①ミツマタヒエ(三俣稗・三股稗・三叉稗)*の略称。イネ科のシコクビエ(四国稗)*の別称 [日本植物方言集成]。栃木県一部でいう [日本国語大辞典]。四国稗は穎果を穀物として食用 [雑穀] [図説草木名彙辞典]。②ジンチヨウゲ科のミツマタコウゾ(三俣楮・三股楮・三叉楮・三桮楮)の別称。三つ又状に分枝することによる称 [図説草木名彙辞典]。三枝。漢名は黄端香 [本草綱目啓蒙] [図説草木名彙辞典]。製紙材料とするいわゆるミツマタと呼ばれるものはこの種。食用ではなく、全株毒性なので注意 [図説草木名彙辞典]。

三俣稗・三股稗・三叉稗 [ミツマターヒエ]

イネ科のシコクビエ(四国稗)*の別称 [日本植物方言集成]。群馬県の一部でいう [日本国語大辞典]。ミツマタ(三俣・三股・三叉)*とも、サンマタヒエ(三俣稗・三股稗・三叉稗)とも呼ぶ [日本植物方言集成]。種子を食用 [雑穀] [図説草木名彙辞典]。

三つ目 [みつめ]

①汁用の椀(御器)に次ぐ大きさの小さな木盃で、酒を飲むのに用いるもの [日本国語大辞典]。『日葡辞書』(1603~1604年)に「ハナチ。コワン(小椀)、または、mitçume(ミツメ・三つ目)に同じ。酒を飲むのに使う中の大きさの笠(Casa(木の椀))とある。②婚礼から三日目にあたること。また、その日に行う祝い事 [日本国語大辞典]。三つ目*とも。三日の餅*の項・三つ目の餅の事の項を参照。③誕生から三日目にあたること。また、その日に行う祝い事 [日本国語大辞典]。三日*・三つ目*・三日祝い* [食材図典Ⅲ]・三つ目の祝い* [日本国語大辞典]ともいう。この日に産婆が正客として招かれ、産湯(湯初め)をし、産着を着せ(着始め)、名付け、髪剃りなどをする [食材図典Ⅲ]。また、母乳の出がよくなるようにと、「三つ目のぼた餅」や芋茎と餅団子を入れた「三日団子汁」 [食材図典Ⅲ] をつくる。富山県では「三日の団子汁*」という [日本料理由来事典]。

三つ目の祝い [みつめ-の-いわい]

婚礼あるいは誕生から三日目に当たる日に行う祝い事。三つ目の項の②③に同じ。

三山漬 [みつやま-づけ]

漬け物の一つ。鯖の麴漬 [茶道名数事典]。刺し鯖の身と細かくした骨や頭を一緒にしておき、それと同分量の塩および麴を用意し、この三品を混ぜ合わせ、酒を加えて漬ける [茶道名数事典]。『料理山海郷』(寛延3年-1750)につくり方が記載。

三輪漬 [みつわ-づけ]

数のつく食べ物

漬け物の一つ。薄く輪切りにした大根^{ダイコン}、柚子^{ユズ}、赤唐辛子^{アカトウガラシ}の三品を、酒を少し入れた生醤油 [素人庖丁]、塩、酢など [日本国語大辞典] に漬けたもの。『素人庖丁』二篇 (文化2年-1805) によると「三つ輪漬^{みつわづ} これは大根のあまり太いものはわらい、中^{ちゆう}くらい^{らい}のものを丸^{まる}むき又は六角^{かく}むき、どちらでもよいが皮^{かわ}を取って、小口よりうすく切る。さて大根^{だいこん}本^{ほん}に対して、柚子^{ゆず}一つ^{ひとつ}を皮^{かわ}ごと小口より切ったもの、又トウガラシ二つを小口よりざくざく切ったもの、この三品^{みつしん}を酒^{さけ}を少し入れた生醤油^{きしやうゆ}と一緒に漬^つけ置く」 [日本国語大辞典]。

三割 [みつわり]

①四斗樽 (約72^{リットル}) の三分の一の量の酒 [日本国語大辞典]。また、②その量の酒を入れる樽 [日本国語大辞典]。三割樽 [日本国語大辞典]。

三豊茄子 [ミトヨナス]

ナス科のナス (茄子) の栽培品種。香川県三豊市で古くから栽培される [食材図典Ⅲ]。重さが250^{グラム}と普通の茄子^{なす}の三倍くらいある。昭和初期に三豊の農家が朝鮮半島から持ち帰ったとされる [食材図典Ⅲ]。

緑三味線貝 [ミドリシヤミセンガイ]

舌殻目シヤミセンガイ科の水生動物 [魚介類2.5万名前大辞典]。三味線貝^{シヤミセンガイ}*の一種 [美味しいマイナー魚介図鑑]。大三味線貝^{シヤミセンガイ}の近種 [美味しいマイナー魚介図鑑]。触手管という毛の生えた水管を持つ殻の形からの称。生息域は青森以南。現在では岡山県の一部と有明海のみに見られるが、年々減少 [美味しいマイナー魚介図鑑]。産地では女冠者^{メカガシラ}とも呼ぶ [美味しいマイナー魚介図鑑]。食べられる部分は殻^かのなかの内臓とわずかな筋肉であるが、殻ごと塩味の汁、煮付け、酒蒸しとする。

三原花鯛 [ミハラハナダイ]

スズキ目ミハラダイ科の海水魚。昔はハタ科に属していた珍種 [美味しいマイナー魚介図鑑] [魚介類2.5万名前大辞典]。「三原」は戦後高度成長期に伊豆大島沖で発見されたことから、三原山^{ミハラ}に因む称。「花鯛」は鯛形^{ハナダイ}で華やかな意 [美味しいマイナー魚介図鑑]。伊豆諸島から相模湾、三重県、奄美大島、八重山諸島まで生息するが、めったに獲れない [美味しいマイナー魚介図鑑]。

三原河豚 [ミハラフグ]

フグ科トラフグ属のアカメフグ (赤目河豚) の別称 [日本国語大辞典]。摂津の国 (今の大阪府) でいう [本草綱目啓蒙]。語源不詳。三月河豚^{サンガツフグ}*とも呼ぶ。食用になるが、フグ毒に注意。

三春素麺 [みはる-そうめん]

福島県田村郡三春町でつくられる素麺。江戸時代、奥州

三春藩は最上級の素麺の産地であった。『和漢三才図会』素餅にも「奥州三春より出づるものが細長にして美なり」と紹介されており、幕府献上品であった。しかし明治維新の廃藩置県により製造は衰退した。製法は伝わらないが、『三春町名所旧跡集 松庭雑談』(三春町歴史民俗資料館所蔵)によると、麺の中に細い穴のあるものだったようである。最近、三春町ではまちおこしの一環で素麺づくりを復活させた。

三斑鶉 [ミフウズラ・ミフウヅラ]

ミフウズラ科の鳥 [日本国語大辞典]。旧名フナシウズラ (鶉・鳩) [本草綱目啓蒙]。江戸時代には食用とした [本朝食鑑]。

三節草 [ミフシゲサ]

イネ科のイネ (稲) の別称 [警諭尽] [日本国語大辞典]。ミツブシゲサ (三節草)*と同じ [図説草木名彙辞典]。

三保の漬け [みほ-の-つけ]

埼玉県大宮・上尾地方の漬け物 [たべもの日本史総覧]。福神漬^{ふくじんづけ}に類似 [新版食物事典]。

都3号 [ミヤコ-3ゴウ]

ウリ科のスイカ (西瓜) の一品種。大玉^{スイカ}の西瓜で早期栽培^{シマオウ}の縞王^{シマオウ}よりやや遅い [食材図典]。

三芳野 [みよし-の]

干菓子・蒸し菓子。①菓子十二月月の一つで四月の茶席に適した干菓子 [茶道辞典]。②江戸時代の『男重寶記』(元禄6年-1693) には蒸し菓子百八十余りの名とつくり方が挙げられているが、その中に「三芳野^{みよしの}中やうかん、山のいも入^{おき白ながらし、角}」とある [日本食物史 (下)]。

三輪 [みわ]

酒の別称。奈良県の大神神社 (三輪明神) が酒造りの神様であることからの称。酒は三々^{みわ}*とも、九献^{みわ}*とも呼ぶ。

三輪素麺・三輪素麺 [みわ-そうめん・みわ-ぞうめん]

奈良県桜井市三輪でつくられる素麺^{そうめん}。奈良時代に中国から製法が伝わって以来、奈良の大和平野、とりわけ三輪山山麓^{そうめん}一帯は手延べ素麺の産地である。室町時代の『毛吹草』(正保2年-1645) に大和の名物として「三輪素麺 (是ハフトキヲ賞翫ス)」と記されている [日本料理由来事典]。『和漢三才図会』は「和州三輪 古より名物と雖も佳ならず」と褒めていないが [日本料理由来事典]、『日本山海名物図会』(宝暦4年-1754) は「大和 三輪素麺名物なり。細きこと雪のごとく。白きこと雪のごとし。ゆでてふとらず。全国より出るそうめんの及ぶ所にあらず」と賞賛している [日本料理由来事典]。

守口三盃漬 [もりぐちーさんばいづけ]

守口大根の酢漬。江戸時代の大根料理で三杯漬（三盃漬）*の一つ。『素人庖丁』二篇（文化2年-1805）に「細い（守口）大根を干したものを五分切りにして三盃酢または難波酢などに漬ける。酢一合・酒三分・醤油六分に唐辛子を二つ切りにしたものをを入れる」とある。

山三葉 [ヤマーミツバ]

その葉が三全裂している植物の称。①セリ科のウマノミツバ（馬三葉）*の別称 [図説草木名彙辞典] [日本国語大辞典]。鬼三葉*・鬼三葉*とも。②キキョウ科のツリガネニンジン（釣鐘人参）の別称 [図説草木名彙辞典]。根・葉に弱毒成分があり、煮沸処理が必要だが、若葉「ととき」・茎・根を食用 [図説草木名彙辞典]。「山でうまいは、オケラに、トトキ、嫁に食わずにゃ惜しうござる」と唄われた [食べられる野生植物大事典]。根「沙参」を薬用（健胃・去痰） [図説草木名彙辞典]。③セリ科のノダケ（野竹）の別称。紀伊地方でいう [日本国語大辞典]。三葉草*とも。漢名は土当帰。若芽・葉を救荒食用 [図説草木名彙辞典]。根を薬用（鎮痛・鎮咳・去痰） [図説草木名彙辞典]。④ユリ科のエンレイソウ（延齡草）の別称。延齡草*とも。漢名は土当帰。若芽・葉を救荒食用 [図説草木名彙辞典]。根を薬用（鎮痛・鎮咳・去痰） [図説草木名彙辞典]。④ユリ科のエンレイソウ（延齡草）の別称。延齡草*とも。漢名は土当帰。若芽・葉を救荒食用 [図説草木名彙辞典]。根を薬用（鎮痛・鎮咳・去痰） [図説草木名彙辞典]。

三月豆 [ヤヨイマメ]

サンガツマメ（三月豆）*に同じ。

蕪三杯漬 [らっきょうーさんばいづけ]

三杯漬*の一つ。辣蕪（蕪）の三杯酢漬*。『四季漬物塩嘉言』に記載される。現在の甘酢漬けに近い [図説江戸料理事典]。

料理の三真 [りょうりーのーさんしん]

日本料理の心得の一つ。料理を一つの器に盛り込むときには、切り方、盛り方、色彩の三つの調和が陰陽と五行を基本にふまえなければならない。『江戸流行料理通（通称料理通）』初篇に「料理心得の部」があり、その一つに、「料理に三真ということあり。三真を覚えずして料理を出すべからず、三真を知らずして料理を誉むべからずと、古人の言い伝えなり。」とある。形では丸いものは陽で、角いものは陰。色では紫、赤、橙は陽で、緑、青、紺などは陰であるとする [料理通（日本料理技術選集）]。四條流、生間流、大草流、大隅流、進士流などでは須弥山（すみせん）の故事をもとにして料理の三真を説明している [料理通（日本料理技術選集）]。

和三盆 [わーさんぼん]

国産の上等の白砂糖の一種。香川県、徳島県の特産。含蜜糖の白下糖から日本の伝統的製法でつくられる淡卵色で粒の細かい砂糖。口溶けがよく、独特の芳香と風味が

ある。打ち物、落雁など高級和菓子の製造に用いたり、菓子表面に掛けたりする。三盆*・三盆砂糖*・三盆白*・三盆糖とも呼ぶ。また、産地により阿波三盆*、讃岐三盆*（讃岐三盆白*）と呼ぶ。

三盆（三盆白）は最初は中国から輸入され、これを唐三盆*と呼んだ。享保（1716-1736年）頃から日本でも製するようになり、これを和三盆、和臼と呼んだ。「三盆」とは白下糖から蜜を抜く作業のことで、盆を三度取り替えて三度揉んで（研いで）白く精製することをいう [たべもの起源事典]（三盆の項を参照）。

和三盆のつくり方は、まず、十二月に砂糖黍（甘蔗）を刈り入れ、石臼等で圧搾して搾汁をとり、牡蠣の殻を焼いた粉であくを抜きながら、煮詰めて結晶を析出させる。この白下糖（砂糖結晶と母液の混合物）に少量の水を加え麻袋（または木綿袋）に入れて盆の上で揉み出して押し船（木製の圧搾機）にかけて、余分な蜜を抜く作業を行う。練り、水を打っては揉み、絞っては揉む分蜜操作を五回程繰り返して精製する、この過程を押し・研ぎ（磨き）という。すなわち「研ぎ（磨き）」が「でき」を決める。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という。昔はこれを三回行っていたので、三盆糖の名がついたと云われている。白くなったものを広げて乾燥したものが和三盆。この和三盆を原料にさまざまな銘菓が作られている。江戸時代には讃岐高松藩（今の香川県）の特産品であったが、近年は阿波（今の徳島県）吉野川地域の坂野郡方面に産地が移って主産地になっている [飲食事典]。

讃岐（今の香川県）のものは高松藩五代藩主松平頼恭が平賀源内に製造を命じたことに始まるという [飲食事典]。享保12年-1731年のことである。源内は砂糖黍栽培と砂糖の製造法について、『天工開物』（宗応星（著）1637年）など数冊の中国の書物を参考にして抜粋し、『甘蔗培養並ニ製造ノ法』に平易に紹介した。この本は『物類品彙』（宝暦13年-1763）に収録されている [日本食物史（下）近世から近代]。高松藩では、その後、藩医の池田玄丈に命じて研究させたが、思うようにならないうちに故人となった [日本名菓辞典]。その弟子の向山周慶が恩師の遺志を継ぎ、医業を止めて砂糖の研究に取り組んでいたところ、たまたま薩摩から来ていた岡田良助という医師が病にかかり、これを治療して本国へ返した。良助はそのお礼として薩摩では持ち出し禁制の砂糖黍の苗を持ってきて精糖法とともに伝えた [日本名菓辞典] [和菓子の辞典]。讃岐大川郡相生町は土質が適していたとみえ、砂糖黍がよく生育し、天下無比の三盆糖がで

数のつく食べ物

き、延享（1744～1748年）から寛政（1789～1801年）の頃に讃岐三盆が完成した〔日本名菓辞典〕〔和菓子の辞典〕。藩主はおおいに喜び、向山の「向」と良助の「良」をとって向良神社を建立した〔日本名菓辞典〕〔和菓子の辞典〕。今なお高松市松島町と向山周慶出世の東かがわ市白鳥に残っている。

一方、阿波地域（今の徳島県）の伝承によると、安永5年-1776に板野郡の丸山徳弥という修験者が、国禁をおかして日向（今の宮崎県）延岡の鼻ヶ島より三節の砂糖

黍^{キビ}を持ち帰って試作に成功したという〔阿波学会研究紀要〕。その後、天明初期（1781～1782年）〔上板町史〕〔たべもの起源事典〕あるいは寛政4年-1792に再度日向へ渡り、砂糖黍から和三盆を精製する方法を学んで帰国し、寛政10年-1798頃には白下糖、後に三盆糖の製造に成功して、板野・阿波両郡に広めたという〔阿波学会研究紀要〕。これが阿波三盆である。

（2019年10月1日受理）
（2019年11月5日採択）