



食生活1

伝統の御膳 チョンドンサンチャリム



수리상 スラサン 王様の御膳

スラ(王様の御膳)は高麗時代に王妃が迎えられた時から、スラ(水刺)という言葉がつけられた。本御膳には15種類と脇御膳3種類のおかずを供え、王妃が材料・栄養価など一つ一つ配慮して供した御膳である。



정월상 チョンウォルサン お正月の御膳

お正月の挨拶(セベ)に来たお客様に供す御膳。お雑煮(トックク)と一緒にチョン(小麦粉塗し焼き)チョク(串物)、果物、インチョルミ(黄粉餅)などで元旦の最初に食べるお雑煮の習慣は日本と同じ、餅を食べると一つ年を食うと言う意味である。



교자상 キョジャサン 慶事の御膳

誕生日や還暦など家庭の慶事の時、お膳を囲んで一緒に食べる御膳。主食は麺類、お雑煮、餃子汁(マンドゥクック)を中心に季節にあった野菜、刺身、鍋物、蒸し物や九節板(クジョルパン)などがある。



배백상 バーベクサン 結婚式の御膳

婚礼を終えて、新婦が新郎の両親や兄弟と最初に食事をする時の御膳。内容は家風や地域によって多少の差はある。ソウルでは子孫繁栄を祈りテチュ(なつめ)を赤い糸で結び円く重ねてその上に肉を盛る慣習がある。



제사상 チェササン 祭礼の御膳

祭礼(チェレイ)は先祖を祭る儒教思想の一つで、今も受け継がれてきた。亡くなってから三回忌が済むと毎年命日を決めて故人をしのぶときに供する御膳。[お膳の並べる位置や方式がある。](#)



일상식/7첩반상 イルサンシク 日常の御膳

韓国の伝統御膳の一つのチルチョブバンサン(7組御膳)。一つの膳に主食であるご飯に良くあった副食(おかず)を七品組み合わせた食事で3組・5組・7組・9組が基本である。

食生活2

韓国の代表的な食べ物



삼계탕 サムゲタン(鳥料理)



비빔밥 ビビンバ(ご飯料理)



갈비 カルビ(牛の焼き肉)



불고기 ブルコギ(豚の焼き肉)



냉면 ネンミョン(冷麺)



보신탕 ボシントン(犬の料理)



파전 パジョン(お好み焼き)



아귀찜 アグチム(あんこう料理)



한정식 ハンジョンシク(韓定食)

韓国の食事のマナー

韓国での食事は基本的に箸とスプーンで行います。これらは自分の右側に縦に置きます。日本は横向きに置きますから、ここは若干戸惑うところです。また、韓国では皿を持つことはしません。まあ大半が鍋物や大皿で出てくる料理ですから、持ち上げようと思うとそれなりに大変ですし、無理はするなということです。さらに、食事は座敷スタイルですることが多いのですが、あぐらをかくのが正式で、女性は片膝を立てるのが良いのだそうです。



ソルラル (お正月) の食事



ポムルナル (満月の日) の食事



ユドウ (夏ばてを防ぐ) の食事

