

# 入賞作品公開中!



## いももち/いもだんご

蒸したじゃがいもをつぶして、まんじゅう状にととのえて焼いたもの。バターをのせたり、甘辛く味付けしたごまダレにつけたりとさまざまなアレンジがある。



## ザンギ

北海道では鶏の唐揚げのことを「ザンギ」と呼ぶ。一般的な鶏の唐揚げと比べ味付けが濃いのが特徴。

## 飯寿司

「飯寿司」は、魚と野菜を米麴に漬けて、乳酸発酵させたすし。ホッケやサケ、ハタハタ、ニシン、サンマなど北海道でとれるさまざまな魚が用いられる。



# 北海道の食

## 受け継ぎたい



## いくらの醤油漬け

生筋子を塩水の中でほぐし、薄皮を除き、醤油と酒を好みに応じて分量を調節し混ぜ合わせる。秋の北海道の味覚を味わえる贅沢な家庭の味。



## ルイベ

サケやマスなどの魚を冷凍させてから、解凍させないまま刺身にして食べる郷土料理。

あなたの好きな北海道ならではのふるさとの味をおしえてください。

「受け継ぎたい北海道の食～そのおいしさ、技、食材の魅力～」

## 「受け継ぎたい北海道の食」 動画コンテスト入賞作品を公開中



令和4年度まで5回にわたり開催された食の動画コンテスト。北海道の食を「受け継ぎたい」という熱い思いを持つ人々が、地域の食の魅力を動画に詰め込みました。これからもずっと大切にしたい北海道の素敵な食文化。ぜひ、動画をご覧ください、その魅力を感じてください。

## 沢山のご応募、ありがとうございました。

農林水産省 北海道農政事務所

令和4年度

# 受け継ぎたい北海道の食

～そのおいしさ、技、食材の魅力～

## 動画コンテスト入賞作品紹介

### 「受け継ぎたい北海道の食」 動画コンテスト

近年、食の多様化や家庭環境の変化等による影響から北海道の地域に根ざした伝統料理・郷土食の存在感は薄れつつあり、これら食文化の保護、次世代への継承は喫緊の課題です。北海道農政事務所では、平成30年度より「受け継ぎたい北海道の食～そのおいしさ、技、食材の魅力～」をテーマに、動画を視聴した人が、北海道の食文化に対する関心を高め、取り上げられた料理等を食べてみたい、作ってみたい、または作り方を他の人にも教えたいと感じるような内容の動画を広く募集し、発信しています。



#### お問い合わせ

北海道農政事務所 生産経営産業部  
事業支援課 食文化担当

〒064-8518

札幌市中央区南22条西6丁目2-22  
エムズ南22条第2ビル4F

☎ : 011-330-8810

✉ : washoku\_hokkaido@maff.go.jp

平成30年度から令和4年度の全5回の動画コンテストで入賞した82作品をHPで視聴できます！

北海道農政事務所 和食・食文化 検索

## アイヌの文化

野口観光ホテルプロフェッショナル学院 吉本佳蓮

アイヌの文化や食文化が薄れていく今こそ受け継ぎたい北海道の食にぴったりだと思い、アイヌを選びました。食材を無駄にしないアイヌの食文化を尊重し、チタタブとオハウを作ってみました。アイヌの食文化を学ぶことで現在のフードロスの問題を解決することに繋がると考えます。私たちより若い世代の方にもアイヌの方々の文化をしていただく機会になるといいなと思います。また、生活のヒントになるものを探していただけたらと思い、私は受け継いでいきたいです。

## 海のルビー？ 北海シマエビ

別海町地域おこし協力隊 三原萌佳

野付湾の特産である「北海シマエビ」ですが、私はここに来るまで聞いたこともなく、存在を知りませんでした。食べてみると、エビ本来の旨みがギュッと凝縮された濃厚な味わいで病みつきに。漁期が短く、漁獲量も少ないため、産地以外ではほとんど見かけることがない希少なエビです。また、明治時代から変わらない伝統的な打瀬舟漁も魅力のひとつです。北海シマエビの住処であるアマモを傷つけないように、帆を立てて風力で進む打瀬舟の情景は、風物詩として今後受け継いでいきたいものです。動画の冒頭と最後にうつるドローンの映像はエビが獲れる「野付湾・野付半島」です。

令和4年度

# 受け継ぎたい北海道の食

～そのおいしさ、技、食材の魅力～

## 動画コンテスト入賞作品紹介



### 白花豆の魅力

酪農学園大学栄養教育学研究室

私たちは受け継ぎたい北海道の食材として「白花豆」に着目しました。これまで、日常で豆を調理する機会は少なく、どのように使用したらよいの分からずにおりましたが、レシピを考えてみると、他の食材との相性がよく、日常の料理に容易に応用できました。皮ごと食べられる食材であるため、思っていたよりも手間がかからず、また、揚げたり、焼いたりすることで、煮るイメージであった調理法の幅が広がりました。今回、栽培農家の協力を得て収穫を体験しましたが、生産者が減っている中、「いいもの（白花豆）は残したい」という想いを知る機会となりました。



馬鈴薯（ばれいしょ）が  
開拓時代の天塩地域の食を支えました。

### 天塩馬鈴薯物語

#### 伊藤さんのいもだんご

天塩町地域おこし協力隊 伊藤千枝子

私たちの身近な食材である馬鈴薯は毎日だって食べられます。だが、「毎日、三度に一度は主食として食べざるをえなかった」冬の食生活を支えた馬鈴薯のたくましい食物語をみなさんはどう思いますか。特に昭和7年の冷害凶作時は「まさに食べるものもない有様」だったといえます。名もなき馬鈴薯が、そうした過酷な環境の天塩人たちの食を支えたことをまず、語り継ぎたい。そして、その馬鈴薯の調理法として伝統的な「いもだんご」は単に食で命をつなげただけでなく、労働に追われる農家では子供のおやつとして家族をつなげた役割もあつたことを表現し収穫そのものに感謝したいです。



### 余市スタイル（余市牡蠣誕生）

余市スタイルプロジェクト

獲る漁業から育てる漁業へ。余市町の漁師が一つの選択肢として選んだのは牡蠣でした。気付けば町の人たちが集まり、見渡せば町内に牡蠣に合う素材がたくさんありました。果実、お肉、そしてワイン。なにより余市牡蠣の誕生を喜んだのもワイン醸造家の皆さんです。余市川を流れる水を大切にし、10年20年自然と産業を調和させる考え方はお互い同じ概念を持ち合わせていたからです。同じ水で育つ牡蠣とワイン。牡蠣の殻はぶどうの根元に置かれきれいな水は海へ戻る水物語。これは余市町の食材が住民を繋ぎ子供たちの未来を創る文化（スタイル）です。