

44 桜えびのかき揚げ (静岡県)



生の桜えびに葉ネギを加え、衣を少なめにしてカラッと揚げます。サクサクの食感と桜えびの甘みが魅力です。

駿河湾では、明治時代から桜えびが水揚げされていますが、昭和の時代までは桜えびの保存技術が確立されていなかったため、天日干した桜えびをかき揚げにしていました。現在は保存技術が発達し、一年中、生の桜えびを使用しています。由比町では「日本一桜えびの町」を宣言し、地域のもてなし料理として本物の味の継承、PRに努力しています。5月の「由比桜えびまつり」は毎年大盛況のようです。

45 うなぎの蒲焼き (静岡県)



浜松・浜名湖の「うなぎの蒲焼き」は、うなぎの骨を除いてタレをつけて焼いたもので、関東風、関西風の両方の焼き方が存在します。焼く前に蒸さないのが関西風で脂の少ない細めのうなぎを腹から裂き香ばしい味わいにします。一方焼く前に蒸すのが関東風で太めのうなぎを背中から裂き、柔らかく仕上げます。

浜名湖のうなぎの養殖は明治の初期に始まり、浜松・浜名湖の発展に大いに貢献するとともに、日本人の好むうなぎ・うなぎ重ブームを支えてきました。数十年も使い続けられる蒲焼きのタレは店々の秘伝中の秘伝です。

46 ひつまぶし (愛知県)



鰻を蒸さずにそのまま焼き上げた蒲焼きの身を細かく刻んでお櫃(ひつ)の中のご飯にのせます。お櫃の中のご飯を混ぜて食べることからこの名が付けられました。

食べ方に特徴があり、そのまま、薬味をのせて、さらにはお茶漬けにして、一度に3種類の食べ方ができ、うなぎの美味しさを存分に味わうことができます。愛知県は鹿児島県に次いでうなぎ養殖生産量第2位を誇り、特に三河一色産(一色町)のうなぎは、全国のうなぎ生産量の約3割、市町村別では全国一といわれます。

47 味噌煮込みうどん (愛知県)



味噌煮込みうどんは、鰹節のだし汁を効かせた豆味噌(赤みそ)仕立ての濃い汁に、小麦粉と水だけで作られる極めてコシの強い麺、具には鶏肉、油揚げ、卵、ねぎ等をいれ、土鍋でぐつぐつ煮込んだ郷土料理です。肉、野菜、油揚げなどが入り栄養バランスも優れた一品です。

徳川家康生誕の地である愛知県岡崎市は、全国的に有名な「八丁味噌」とよばれる豆味噌(赤みそ)の産地です。県内には味噌煮込みうどんのほか、味噌カツや豆腐田楽など赤みそを使用する郷土料理が数多くあります。

48 伊勢うどん (三重県)



軟らかく煮た極太の麺に、たまり醤油に鰹節やいりこ等のだし汁を加えた、黒く濃厚なやや甘めのつゆを絡めたうどんです。きざみネギぐらいで具をあまりのせないことも特徴です。

江戸時代以前からこの地の農民が食べていた地味噌のたまりをつけたうどんを、鰹節などのだし汁を加え食べやすくしたのが「伊勢うどん」の始まりと言われています。やがて、お伊勢参りの参拝客にうどんを振る舞う店が出てきたことで、多くの参拝客がこれを食べ、伊勢の名物として「伊勢うどん」が定着しました。現在は、日常的に市民の間でも食べられています。

49 てこね寿司 (三重県)



鰹や鯖などの赤身のお刺身を醤油を中心としたタレに漬け込んだ後、酢飯と合わせたお寿司です。好みにより、大葉や生姜、海苔などをちらして食べます。

奥志摩地方の漁師がかつお釣りの船上で、時間をかけずに食べられる料理として、持っていった酢飯に釣った鰹と醤油をぶっかけ、手でこね混ぜたのが「てこね寿司」の始まりといわれています。また当地は海女(あま)の町として知られ女性も良く働くので、栄養があり食事の準備に手間がかからず簡単に食べられるとして、「てこね寿司」が定着したようです。

50 ふなずし (滋賀県)



写真：(社)びわこビジターズビューロー提供

琵琶湖に生息する大型のフナでニゴロブナのメス(子持ち)を使うのが鮒寿司です。卵巣以外の内臓を除いて数ヶ月から1年塩漬けにしたフナに飯に塩を混ぜたものを身に詰めて、桶の中に飯とフナを交互に敷き詰めて密封し、再び数ヶ月漬け込みます。一般には魚だけを食べますが、地元ではペースト状に乳酸発酵した御飯ごと食べる人も多いようです。

この製法は、御飯の発酵作用により保存性を高めた「なれずし」と呼ばれるもので寿司の原点(酸し)といわれます。琵琶湖が生んだ珍味で独特かつ絶妙の味には根強い人気があります。

51 鴨鍋 (滋賀県)



写真：(社)びわこビジターズビューロー提供

琵琶湖には冬が近くになるとシベリアからマガモが飛来してきます。長い距離を旅して身が引き締まり、冬の寒さから身を守るために脂が多くついたマガモは、しっかりとした歯ごたえと脂身の甘さが特徴で、豆腐やねぎ、白菜などの野菜と一緒に煮込む鴨鍋は人気料理です。

もともと琵琶湖のカモは、魚用の仕掛け網にかかったものを魚屋さんが扱うものでした。現在は冬期に限って猟が許されており、鴨料理は11月から3月までの季節限定となっていますが、近年では天然のマガモを飼育・販売しているところもあります。

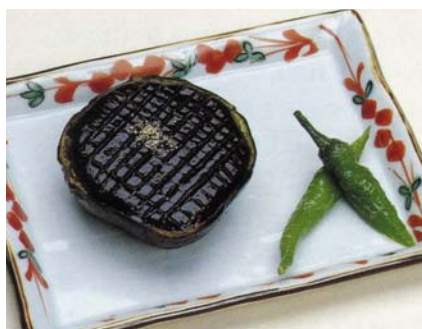
52 京漬物 (京都府)



京漬物は、野菜そのものの旨みを生かした薄塩の味付けで、香りや色合いが大切にされ、あっさりとして上品な味わいです。

代表的なものとして、聖護院かぶらを薄く切って、昆布、唐辛子とともに樽に漬け込んだ「千枚漬け」、上賀茂地域の特産であるすぐき菜を塩だけで漬けた「すぐき漬け」、なすやみょうがなどをしそと塩漬けにした素朴な「しば漬け」や「壬生菜漬け」、「花菜漬け」などがあります。歴史に彩られた伝統的な野菜を各家庭でこだわる伝統的な製法で漬けており、京都ならではの味わいです。

53 賀茂なすの田楽 (京都府)



写真：(社)京のふるさと産品協会提供

京都の夏野菜の代表格「賀茂なす」は、きめ細かい肉質で形が崩れにくく味、見栄えともに最高級品です。「賀茂なす」と言えば田楽と言われるほど、なすと味噌は出合い物です。

横半分に切り、油で中まで火が通るようにじっくり焼き、甘みそを焼きたてのなすの上にのせ、皮も一緒に食べます。

初夏から盛夏にかけて食卓にのぼり、食欲がなくなりがちなこの時期に美味しく食べられる一品です。また、料亭などでは、7月の祇園祭の時期には必ずといっていいほど登場する料理です。

54 箱寿司 (大阪府)



写真：アルベロ・イタリア料理教室提供

木の型に酢飯とえびや魚の切り身などの具を重ねて詰め込み、押しつけて四角い形に整えるので箱寿司といいます。押し寿司、大阪寿司とも呼ばれます。

明治の頃、大阪では既にサバなどの大衆魚を材料に木箱を使ったバッテラと呼ばれる押し寿司が普及していましたが、タイやエビ、アナゴなどを使った高級志向の押し寿司が考案されると「箱寿司」として大変な人気を呼ぶようになりました。仕込みに手間がかかるので、箱寿司を提供する店も減りつつありますが、依然としてその製法と味は引き継がれています。

55 白みそ雑煮 (大阪府)



写真：事務局

大阪や京都の伝統的な雑煮は、白味噌汁に丸餅が一般的です。他に、大根、にんじん、さといも等を入れます。

大根やにんじんは、丸餅と同じようにすべて丸く輪切りにします。角が立たないようにと丸いものを入れる縁起かつぎのようです。正月の時期には普通より細い大根やにんじんが雑煮用としてスーパーに出回ります。大阪府内では、食育の一環として農家女性が先生となって、みそづくりから雑煮づくりまで一貫して体験させるなど、伝統の白みそ雑煮を伝える取組をする小学校もあります。