

1 うに・いくら丼 (北海道)



写真：事務局

北海道の海産物の代表であるイクラとウニを贅沢に盛り合わせたどんぶりです。イクラのプリプリ感とウニのとろみが一体となり、ごはんと相性も抜群といえます。地域によってイクラは塩漬けと醤油漬けがあり、またウニも濃厚な「バフンウニ」と、あっさりとして大ぶりの「ムラサキウニ」などの違いがあります。

また、ウニ、イクラのほかカニ、ホタテなど各地域の新鮮な魚介類を豪快に盛ったものは海鮮丼と呼ばれ、季節季節の北海道の味が楽しめるため観光客に大人気です。

2 スープカレー (北海道)



通常のカレーのようなとろみはなく、さらさらとしたスープタイプのカレーです。具は大きいのが基本で、定番のチキンカレーには鶏のレッグが丸ごと1本、野菜はジャガイモ、ニンジン、ピーマンなどがゴロゴロ入っています。どの具もスプーンで簡単にほぐれるほど柔らかく煮込んであるのも特徴で、カレーはご飯にかけずに食べるのが一般的です。

札幌で30年ほど前に始まったもので、牛・豚・鶏の骨や野菜の出汁で取ったスープに各種スパイスをふんだんに加えて作られた味はやみつきになるといわれています。

3 盛岡冷麺 (岩手県)



写真：盛岡市商工観光部提供

盛岡冷麺は、朝鮮半島の冷麺を参考に盛岡で考案されたものです。朝鮮半島北部からの移住者が昭和29年に盛岡市内に焼肉店を開店した際、メニューに加えたのが始まりです。昭和40年代には盛岡近辺に冷麺提供店が次々開店し、昭和60年代以降には盛岡冷麺として全国にその名を知られるようになりました。

小麦粉とでんぷんで作られる半透明の麺には強いコシと独特の歯ざわりがあります。またスープは牛肉や鶏肉などを煮込んだもので、さっぱりしていながらコクもたっぷりあり、キムチとの相性は絶妙といわれています。

4 盛岡じゃじゃ麺 (岩手県)



写真：盛岡市商工観光部提供

中国東北部(旧満州)の炸醬麵(ジャージャー麵)を参考に、盛岡市内の屋台から始まったといわれています。

湯切したうどん状の平たい麺の上に、炒め味噌と刻んだきゅうり、長ねぎがのります。麺と特製味噌、具を良く混ぜ合わせ、好みでおろししょうが・酢・んにく・ラー油などを加えて食べます。また、麺を食べ終えた後には、皿に残った味噌に茹で汁と生卵をとき入れた鶏蛋湯(チータンタン)のスープを飲むのが一般的です。盛岡市では、わんこそば、盛岡冷麺、盛岡じゃじゃ麺を総称して「盛岡三大麺」と呼んでいます。