

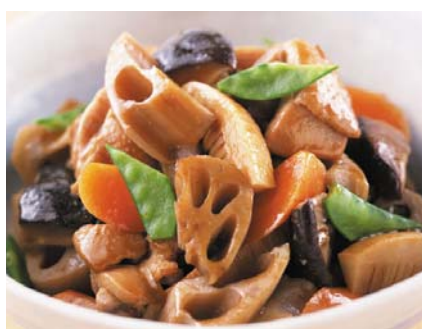
80 水炊き (福岡県)



福岡を代表する鍋料理です。水炊きという名前の由来のように、皮や骨の付いたぶつ切り鶏肉から出るうま味を引き出すため水から煮立て、ポン酢などでいただくのが本来の調理法ですが、現在では鶏ガラのだし汁を用いる場合もあるようです。具を食べ終わった後の雑炊やお茶漬け風スープかけ御飯が人気です。

明治の初め頃、博多っ子の好みの味に変化しながら、今日の水炊きが定着したと言われています。福岡には郷土料理に適した鶏肉として開発された「はかた地鶏」があり、昔ながらのコクと旨味、歯ごたえを兼ね備えた肉質で水炊きには最適です。

81 がめ煮 (福岡県)



写真：事務局

がめ煮は、鶏肉とコンニャク、根菜類等を醤油、砂糖、みりん等で味付けした煮物で、福岡(筑前)一円で、祝い事には必ず作られます。筑前煮とも呼ばれています。

その名は、博多の方言「がめりこむ(寄せ集める)」からきたという説や、博多湾にたくさんいたカメ(博多言葉でガメと呼ばれていた)を料理した「亀煮」からきたという説がありますが、料理の起源は黒田藩の戦陣料理であったようです。肉と野菜の材料が多様で、食物繊維を豊富に含むこのがめ煮は、日本型食生活の典型的健康料理といえます。

82 呼子イカの活きづくり (佐賀県)



いけすから活きのよいケンサキイカを取り上げ、その泳ぐ姿に似せて素早く活きづくりにしたもので、その間1分とかからない速さが、「透明感」と「自然のままの甘味」を提供します。

もともとケンサキイカは単価が安く、漁師からも敬遠される存在でしたが、昭和48年にイカの活きづくり(刺身)とゲソ(足)の天ぷらをセットにした商品が開発され、これを機に来訪者の口コミで広まりました。漁業のまち呼子町では沢山の漁師料理が存在し、イカ飯、イカの卵味噌汁なども人気です。毎年開かれる「呼子イカまつり」は多くの人で賑わいます。

83 須古寿司 (佐賀県)



白石米に有明海の新鮮な魚の切り身や野菜のみじん切りをのせた寿司です。もろふたにのせたすし飯を10cm角に区切り、その上に味付けした色とりどりの具を盛りつけます。特にむつごろうの蒲焼をのせた寿司は格別です。白石町須古地区の祭りや祝いの席に欠かせない料理です。

藩政時代、農民をことのほか大事にした須古の領主に、領民が感謝の気持ちを込めて献上したのが始まりで、以来500年以上も代々伝え継がれてきた伝統の味です。同じ年代に生まれ同様の作り方が伝わる長崎県の大村寿司も有名な押し寿司です。