

## 92 地鶏の炭火焼き (宮崎県)



鶏肉を小口切りにし、塩こしょうをまぶし、強火の炭火で焼いたものです。黒々と炭の色が付くまでこんがり焼くのが特徴で、炭の香りが肉に移りたいへん風味豊かな一品です。

宮崎の地鶏を代表する「みやざき地頭鶏(じとっこ)」は、旧島津藩領地で古くから飼育されていた地頭鶏を原種に品種改良を重ねた鶏で、柔らかくうまみがある肉質は炭火焼きによってその特徴が十分引き出されます。最近では、その地頭鶏のくん製や炭火焼きの真空包装商品も誕生し、新しい土産物として注目を集めています。

## 93 冷や汁 (宮崎県)



冷や汁は、宮崎平野の家庭料理として古くから食べられてきました。煮干しや魚を焼いてすり鉢ですり、ごま味噌を加えてよくすり混ぜ、すり鉢の表面に塗りつけて焦げ目が付くまで焼き、だし汁ときゅうりの輪切りやしそを加えて伸ばします。これをアツアツの麦飯にかけて食べるものです。

夏場、田畑の仕事で忙しい時期にさっと食べられる料理として重宝されました。その起源は、鎌倉時代に僧侶によって全国に流布されその原型が宮崎に残ったと言われています。特に夏バテの時期に、さっぱりとして美味しく食が進む一品です。

## 94 鶏飯 (鹿児島県)



写真：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会  
編集・発行「郷土の味」より

熱々のご飯を椀に盛り、細かく裂いた鶏のささみ、錦糸卵、甘辛く煮たせん切りのしいたけ、パパイヤの漬物のみじん切り、薬味の島みかんの皮などをのせ、鶏ガラでとった熱いスープをたっぷりかけて、お茶漬の要領で食べます。

奄美が薩摩藩の支配下にあった時代、藩の役人をもてなすために鶏を使った料理が出されたのが始まりといわれています。

南国の香り豊かな鶏飯は、決め手であるスープの味が各家庭で微妙に異なるなど、家庭の味として浸透しています。県内各地の小中学校の給食でも抜群の人気を誇ります。

## 95 きびなご料理 (鹿児島県)



写真：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会  
編集・発行「郷土の味」より

「南海の青い波の精」に例えられるきびなごは、銀色の美しい縞を持つニシン科の体長約10cmの魚です。

酢みそで食べる刺身をはじめ、塩焼き、煮付け、揚げ物、汁物など様々な調理法で賞味されます。中でも手開きにして菊の花をかたどって盛り付けた刺身「菊花造り」は、鹿児島の郷土料理には欠かせない一品です。また、枕崎や種子島では、すき焼きに入れるなど産地ならではの調理法もあります。

産卵が近づき群れをなして沿岸にやってくる春先から初夏の頃が最も美味しいといわれます。