

5月 日本味めぐり

～ 高知県 ～



メニュー

麦ごはん 牛乳
 かつおの
 竜田あんかけ
 ぐる煮 かき玉汁
 ゆずゼリー

高知県は四国の南部にあり、暖流の黒潮(日本海流)が流れる太平洋では、かつお漁が盛んです。

四万十川の河口の淡水と海水が交わるところでは、天然のすじあおのりがとれ、あおさの養殖も行われています。

温暖な地方では、料理に酢を使うことで魚やご飯がいたむのを防いできました。県東部の馬路村をはじめとして全国有数のゆずの産地があり、ゆず酢が特産品となっています。



かつお

春は、若くて身のしまったかつおが、黒潮によって北上してくる(上りがつお)。秋は、北から丸々と太って、脂ののったかつおが南下してくる(下りがつお)。

漁は、昔も今も勇壮な一本釣りが主で、土佐清水市を中心とした県西部の漁港に水揚げされる。



ぐる煮

ぐる煮は、野菜の少ない冬のおかずとして、各地で作られてきた。大根、にんじん、さといも、ごぼうなどの根菜を豆腐、こんにゃくと一緒に、だし、しょう油、砂糖で煮る料理。たくさん作って、何度も煮かえすうちに、だんだん味がしみて美味しくなる。根菜は角切りにし、豆腐のかわりに厚揚げを使うこともある。「ぐる」とは、高知の方言で、「いっしょ、なかま」という意味。野菜と一緒に煮ることから、この名がついた。



郷土の料理

大皿に料理が豪華に盛られた皿鉢料理

皿鉢料理は、婚礼、葬式、ひな祭り、新築祝いなど、人が大勢集まる行事になくってはならない料理。「皿鉢」とよばれる大きな皿に、海、山、川の幸をいっぱい盛りつける。

組み物

煮物、揚げ物、焼き物、和え物、お菓子などのデザートまで盛り合わせた大皿。

生(生物)

かつおのたたきをはじめ、旬の刺身を盛り合わせた大皿。



すし

さばやかますの姿ずし、巻きずし、にぎりずしなどを盛り合わせた大皿。

これらに汁物を加えて「皿鉢料理」といったり、生と組み物だけを「皿鉢料理」といったりすることもある。

有名な農産物



ピーマン



にら



しょうが



なす

沖縄