

10月 日本味めぐり

～ 山梨県 ～



メニュー

県内各地で、かぼちゃやいも類で作るおねりや、小麦粉で作るほうとうが主食として食べられてきました。海のない県ですが、特産品に、海でとれるあわびで作る煮貝があります。

ほうとう風うどん
牛乳 ワインゼリー
手作りマスマフライ
じゃこ和え

郷土の料理

朝食

*おねり

山梨県内の山間部など米の生産量の少ない地域の主食は、麦、トウモロコシ、ソバなどの雑穀やイモ、カボチャなどで、「朝おねり、昼おやき、夜ほうとう」という言葉が各地に残っています。ジャガイモやカボチャを煮込んだ中にトウモロコシ粉を加えて練り、みそ、しょうゆなどで味付けしたものです。



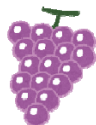
夕食

*かぼちゃほうとう

ほうとうには季節の野菜を具として使います。特にかぼちゃは基本です。風を予防すると言われるかぼちゃは、その甘味がみそとあいまって、冬のほうとうには欠かせない美味しさを出してくれます。



有名な農産物



ぶどう



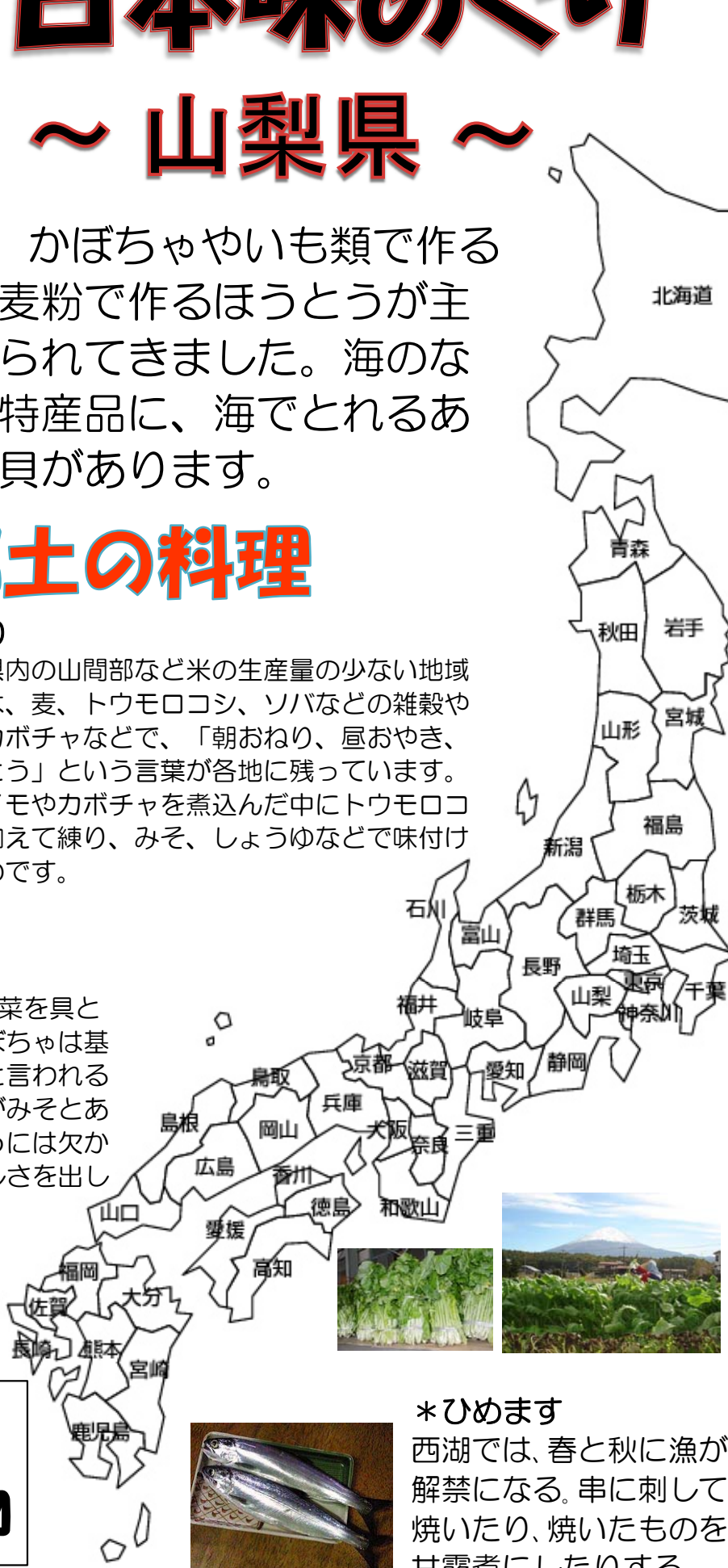
さくらんぼ



もも



すもも



郷土の食材

*大塚にんじん

長さが70～100cmにもなるため、掘り出すのが大変で、一時は栽培する人がほとんどいなくなった。伝統野菜を見直す活動が始まってから、栽培が盛んになっている。



*鳴沢菜の畑

伝統野菜の鳴沢菜は江戸時代から栽培されてきた、根も食べる青菜。葉は漬け物に、根は煮物にする。



*ひめます

西湖では、春と秋に漁が解禁になる。串に刺して焼いたり、焼いたものを甘露煮にしたりする。



*くだものぶどうや桃など、果物の栽培が盛ん。



*駿河の海でとれたあわびが山梨名物「煮貝」

煮貝は、冷蔵や冷凍の設備・技術が発達していなかった江戸時代に、甲斐国(甲州)の名物となった食べ物。

この時代に、駿河国(現在の静岡県中部)の魚問屋が、駿河の海でとれたあわびを、日もちがするようにしょう油に漬け、たるに詰めて甲州まで運んできたのが煮貝の始まりといわれている。馬や人に背負わせて山道を運ばれるうち、しょう油の味が程よくあわびにしみこみ、独特の風味を生み出した。煮貝は、江戸(東京)と行き来のあった人々の間で「江戸では食べられない味」と評判になり、甲州名物となったといわれている。

