

agriculture forestry fisheries

2020  
December

12

月号  
通巻 601号

あふ  
**aфф**

「ご当地の味」紀行



農林水産省

## ご当地の味 ～東日本編～

その土地で人々に親しまれ定番となっている商品を紹介します。  
今回はアイデアや工夫が詰まった東日本のご当地の味です。



かまぼこをスナック感覚で！

### 『パンロール』(北海道)



北海道小樽市にある老舗かまぼこ専門店(株)かま栄が生み出した「パンロール」。かまぼこのこれまでになかった斬新な食べ方が話題となり、北海道民に愛されるご当地グルメとなりました。パンロールの秘密について、担当者の山田さんにお話を伺いました。

「パンロール」とは



パンロールは、1962年に先代社長が自ら開発した商品です。「かまぼこをスナック感覚で食べることはできないか?」と思い立ち、スケソウダラのスリ身をパンで包み込むという、当時としては画期的な製法で作られました。

材料は、豚ひき肉、たまねぎ、胡椒を使用。それらをスリ身に練り込み、食パンで包んで蒸し上げ、最後に油で揚げて完成。

パンロールが誕生して以来、当社のオリジナル商品として、地元の方を中心に親しまれています。

試行錯誤して辿り着いたこだわりの「5ミリメートル」



商品化に至るまでにさまざまな試行錯誤がありました。特にこだわったのは、すり身を包む「食パンの厚さ」。すり身と一緒に食べた時の食感をより良いものにするため、使用するパンの厚さを変えながら何度も試作しました。そして、ついに辿り着いた厚さが5ミリメートル。その食パンで作る揚げたてのパンロールは、外側はカリッと、中のすり身まで行き着くとふわとした食感が口の中に広がります。

観光客からも愛される北海道の名物グルメとして



パンロールは小樽市内の各店舗、札幌市内各百貨店、新千歳空港で販売。消費期限が短いため、北海道でしか販売できないということもあり、「北海道に来た時は必ず買って帰ります」という道外のパンロールファンも多くいらっしゃいます。おやつとしても、おかずとしても、おつまみとしても、子どもから大人まで愛される名物グルメです。

取材協力：(株)かま栄

# 各地で愛されるご当地の味

東北、関東、中部エリアで親しまれているご当地の味を紹介します。

## 東北エリア

### 定義名物

#### 三角定義あぶらあげ(宮城県)

昔ながらの手づくり「三角定義あぶらあげ」。創業当初、調理に使っていた丸鍋で一度に多くの油揚げを作りたいと考え、形が三角になりました。温度の違う油で二度揚げすることで、外はカリッと中はふっくらと仕上がっています。大人の手の平ほどの大きさで、厚みは約2センチメートルと食べ応えも抜群。昔と変わらない製造方法で、手づくりにこだわり続けています。

取材協力：定義とうふ店



### 何が出るか楽しみな

#### からから煎餅(山形県)

三角形のおせんべいの中に、和紙に包まれた小さな玩具が入った「からから煎餅」。沖縄県と那国島産の黒糖をたっぷり使用したコクのある煎餅生地は、創業以来変わらない無添加、無香料。江戸時代から伝わる伝統菓子で、当時は「運徳煎餅」と呼ばれていましたが、おせんべいを振ると中に入った玩具などがカラカラと鳴ることから「からからせんべい」と呼ばれるようになりました。今も機械に頼らず、熟練の職人が一つひとつ丁寧に手づくりしています。玩具のバリエーションは150種類以上で、郷土の民芸品から、現代のおもちゃまで何が出てくるかは開けてからのお楽しみ。

取材協力：(有)宇佐美煎餅店



### 和と洋の発酵食品がコラボ

#### クリームチーズのみそ漬(福島県)

福島県の米味噌や西京味噌など異なる風味の3種を合わせた味噌床に、クリームチーズを低温でじっくり熟成させた「クリームチーズのみそ漬」。チーズのコクと味噌の風味が絡み合った一品です。東日本大震災をきっかけに漬物店ならではの発想と技術で開発されたもので、新しいジャンルの商品への挑戦や食べて感動するものを届けたいとの想いから考案しました。より良いものを提供するため、チーズのカットから袋詰めまでほぼすべて手作業で行っています。

取材協力：みそ漬処 香の蔵



## 中部エリア

### あんこ好きの方、注目!

#### ようかんぱん(静岡県)

丸い形のパンの上になめらかな羊羹、中心にバニラクリーム、生地の中にはつぶあんが詰まった静岡県富士市の名物「ようかんぱん」。和洋3つの甘味をふんだんに使いながらも、甘すぎることはなく、しっとり食感のパン生地とうまく調和し、食べた瞬間、口いっぱいにおいしさが広がります。すべての工程は、職人の手作業で行っています。

取材協力：富士製パン(株)



### 手間ひまかけて作られる幻のハム

#### 明宝ハム(岐阜県)

「明宝ハム」は、食べ応えのある食感と、自然な味わいで人気。良質な国産豚のもも肉を使用し、食品添加物は極力使わずに製造しています。生肉のみを使用し、余分な脂や筋の一本一本まで手作業で取り除くことで臭みを抑え、肉のうま味を引き出します。そのまま食べるのももちろん、スライスして軽くレンジで温めたり、軽く焼いても、よりおいしくなります。人気のため、一時はなかなか手に入らなかったことから、幻のハムと称されていました。現在では、中部地方でおなじみのハムとなりました。

取材協力：明宝特産物加工(株)



### 目にも楽しい青いかまぼこ

#### 青巻蒲鉾(富山県)

富山県では、板に付いた半円形のかまぼこではなく、昆布や着色したすり身のシートで巻いたかまぼこが一般的。最上級のスリ身を使用し、名水として知られる黒部市の水で仕上げたかまぼこは、魚本来のうま味が感じられます。また、でん粉の使用を最小限にし、成形してからひと晩寝かせる伝統の製法によって、しなやかな食感になります。食卓を彩る青色のかまぼこは、独自のかまぼこ文化が発達している同県ならではの一品です。

取材協力：生地蒲鉾(有)



## 関東エリア

### 衣はサクサク中はトロ〜リ

#### 龍ヶ崎コロッケ(茨城県)

茨城県龍ヶ崎市市内では、レストランや精肉店などで独自のアレンジを加えた「龍ヶ崎コロッケ」が、コロッケクラブ龍ヶ崎の加盟店舗で販売されています。その中のお米のクリームコロッケは、茨城県のれんこんと龍ヶ崎産の米から作った米粉をふんだんに使用した舌触りなめらかなクリームコロッケ。チキンのうま味とれんこんのシャキシャキした歯応えで食べ応え十分です。

取材協力：(有)高橋肉店



### 江戸時代から愛される味

#### 焼まんじゅう(群馬県)

竹串に刺した素饅頭を焼いた直後、甘い味噌だれをたっぷり塗って仕上げた、上州名物「焼まんじゅう」。群馬県では、お祭りや学園祭でもおなじみで、身近な存在です。パンのようなふわふわとした饅頭の中には、餡などが入っていないのが一般的。饅頭に塗る味噌だれは、1912年の創業から続く秘伝のもの。地元では持ち帰って食べるのが定番です。

取材協力：福島屋焼まんじゅう店



## ご当地の味 ～西日本編～

その土地で人々に親しまれ定番となっている商品を紹介しします。  
今回はアイデアや工夫が詰まった西日本のご当地の味です。



江戸時代から続く鳥取の味

### “「とうふちくわ」(鳥取県)”



鳥取県中東部には、伝統的な特産品「とうふちくわ」があります。「ちくわ」のような見た目でありながら「とうふ」のような食感と風味がするため、初めて食べた人は、これはちくわなの?とうふなの?と不思議な感覚になるそうです。とうふちくわの元祖といわれている1865年創業(株)ちむら社長の千村さんにお話を伺いました。

#### 「とうふちくわ」とは



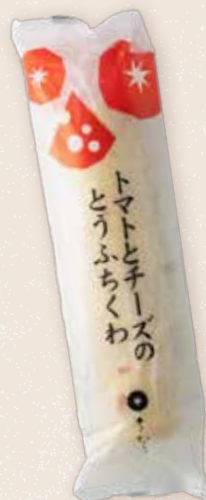
とうふちくわの歴史は古く、その発祥は150年以上前の江戸時代。当時の鳥取藩では財政難で漁港の開発が遅れており、魚はとても貴重な食材でした。一方、田んぼの畔では大豆が多く栽培され、水が綺麗なため質の高い豆腐が作られていました。豆腐と魚のすり身を混ぜ合わせて作るとうふちくわは、当時の藩主が藩の財政が厳しい折から「魚の代わりに豆腐を食べるように」と質素倹約令を出したのがきっかけで考えられたといわれています。以来とうふちくわは、日常の食卓に並ぶだけではなく、お祭りや結婚式などの「ハレの日」にも食べられてきました。鳥取県の風土と県民の知恵が生んだ伝統的な食品です。

#### 伝統を受け継いだこだわりの製法



木綿豆腐とすり身を混ぜ合わせて作りますが、その比率は豆腐7に対してすり身が3。この割合は、江戸時代から受け継がれている黄金比率です。主原料である木綿豆腐には鳥取県産の大豆から作った高濃度の豆乳、すり身には新鮮な白身魚を使用することで、きめ細かくやわらかな食感と豆腐の風味が感じられるとうふちくわになります。また、保存料や化学調味料は一切使っていません。昆布やかつおなど、天然の素材から抽出したエキスを使うことで、より素材のうま味を活かした味わいになっています。

#### とうふちくわのラインナップ



最近では、伝統的なプレーンのとうふちくわに加えて、ねぎ、生姜、カレー、鳥取和牛、レモン、ゆず、トマトとチーズなど、さまざまなバリエーションの味付けを展開しています。なかでも、イタリア料理のカプレーゼをイメージして作られたトマトとチーズのとうふちくわは、酸味の効いたトマトと濃厚な味わいのチーズがワインによく合い女性に人気です。とうふちくわはそのままでも食べられるので、おやつやお酒のおつまみにぴったりです。

取材協力：(株)ちむら

# 各地で愛されるご当地の味

東海&近畿、中国&四国、九州&沖縄エリアで親しまれているご当地の味を紹介します。

## 東海&近畿エリア

マヨネーズ好きの方に！

### マヨらーめん(大阪府)

豚骨スープとマヨネーズを組み合わせたとってもな一品。国産のもち米を使用したマヨネーズ味の大坂土産「マヨおかき」からヒントを得て開発されました。とんこつ独特のコクとうま味を持ち合わせながら、マヨネーズのほのかな酸味が全体をまろやかに仕上げています。麺はスープが絡みやすい中太ちぢれ麺を使用。麺自体にもラードで揚げた香りとコクを付けています。

取材協力：(有)フェイスウィン



昔ながらのひんやりおやつ

### アイス饅頭(三重県)

三重県桑名市で販売されている「アイス饅頭」。北海道十勝産の小豆をミルクで固めたアイスキャンディーで、1950年頃から一つひとつ手づくりしています。甘さ控えめな小豆と濃厚なミルクの素朴な味わいが人気。プレーンのアイス饅頭のほかに、「抹茶」「黒糖」「丹羽大納言」「イチゴ」の5種類があります。

取材協力：寿恵広



パンに挟んでいるのはたくあん！？

### サラダパン(滋賀県)

ふわふわのコッペパンに、マヨネーズで和えたたくあんを挟んだ「サラダパン」は、滋賀県民の思い出の味。もともとはキャベツを挟んでいましたが、時間が経つとキャベツから水分が出てしまうため、たくあんを挟むことになりました。創業から手づくりでこだわっているコッペパンは、やわらかくてほのかに感じる甘味が特徴。マヨネーズとたくあんの塩気が良く合い、ポリポリとした食感も楽しめます。

取材協力：つるやパン 木之本本店



## 九州&沖縄エリア

新食感の名物！

### 長崎一番ハトシロール(長崎県)

長崎県の郷土料理ハトシ(エビのすり身)をパンで挟み揚げた料理)をヒントに、2010年に商品化された「ハトシロール」。長崎県産のアジのすり身を主原料として、牛豚ミンチ、たまねぎを加え、食パン生地で巻いて揚げたものです。パンとかまぼこの相性が良く、トースターで加熱すると、外はサクッと中はふわっとした食感を楽しめます。プレーンのほかにも、「チーズ」タイプや「えび」タイプも展開中です。

取材協力：長崎蒲鉾(有)



まろやかな酸味が効いた万能調味料

### 佐吉のたれ(宮崎県)

九州では定番の甘口醤油、調味料、酢を独自配合した万能だれ。酢をたくさん使用しているものの、独自の手法で酸味を抑え、まろやかに仕上がっています。製造時は、その日の気温や湿度に合わせて味付けを微調整。ボトルのラベル貼りも手作業で、一本一本丁寧に造られたたれは、刺身や焼き肉、鍋料理など、さまざまな料理に合います。

取材協力：(株)佐吉のたれ



良薬、口に美味し！

### 辺銀食堂のラー油(沖縄県)

中国の西安と東京出身の夫婦が作る島の命草(ぬちぐさ)を使ったラー油。命草とは八重山地方の言葉でハーブのことを指します。島唐辛子や、ピパーチと呼ばれる島胡椒は辛さの奥に広がる甘味と香りが特徴。石垣島の海から作った塩、沖縄県産の黒糖などの食材を厳選し、手づくりしています。「良薬、口に美味し」が夫婦で目指している命薬へのこだわりです。

取材協力：(有)ペンギン食堂



## 中国&四国エリア

山陰地方に伝わる味

### するめ糍漬(島根県)

山陰地方で古くから伝わる発酵食、スルメの糍漬を商品化。糍の甘味と醤油の塩味が、本干しのスルメから出るうま味と合わさっています。スルメは国産のものを使用。糍は米を蒸すことから始め、スルメと一緒に熟成している間も毎日の気候に合わせて糍菌の状態を調整するほどの繊細さが必要。熟成され、味が凝縮された「するめ糍漬」はハレの日やお祝いの品として親しまれています。

取材協力：中浦食品(株)



噛めば噛むほどうま味溢れる

### せんじ肉(広島県)

広島県のソウルフードとして愛される「せんじがら」。豚のホルモンを揚げて干し、塩で味付けをした珍味です。広島県内のスーパーマーケットやコンビニエンスストアにも置かれています。「せんじ肉」は、せんじがらを現代風にアレンジしたものです。国産豚の胃をひと口サイズに切り、塩味で風味豊かに仕上げています。最初のひと口は硬いですが、噛むほどにやわらかくなり、うま味が溢れます。さまざまなお酒に合うおつまみとして人気を集めています。

取材協力：(有)デリカミート有福



## アイデアが光る！ ユニークな ご当地商品

地域の食材や郷土料理、ユニークなアイデアを活かした個性的な食品を全国から集め、誕生のきっかけや作り手のこだわりを紹介します。



## 定番から 生まれた新名物！

全国的に知られる名産品や郷土料理を手軽に楽しむことができる商品を紹介します。

デザインが愛くるしい

### 「茨城パンダ納豆 どうらい」



茨城県日立市の納豆メーカー(有)菊水食品が、パッケージにジャイアントパンダをデザインした「茨城パンダ納豆 どうらい」を開発しました。この納豆は、茨城県と日立市が、同市のかみね動物園にジャイアントパンダを誘致する活動を応援するために作られたものです。可愛いパッケージのデザインは、同社社長の菊池さんが考案。大豆をパンダの目の模様に見立て、商品ごとにパンダの口元の表情を変え、笑顔やむくれた顔など、全5種類のパンダの表情の変化も楽しめます。どうらい納豆とは、納豆を真空フライ加工し味付けしたもので、スナックのような軽い食感でおやつやおつまみにぴったり。国産大豆100パーセントにこだわった商品で、ラインナップは「しょうゆ味」「ピリ辛味」「うす塩味」の3種類です。

取材協力：(有)菊水食品

郷土料理を手軽に

### 「きりたんぼカップスープ」



秋田県の郷土料理「きりたんぼ鍋」が、どこでも手軽に食べられるカップスープになって登場。きりたんぼは秋田県産のあきたこまちをふくら炊き上げ、伝統の作り方を守りながら作っています。丁寧に焼き目をつけることにより、香ばしくもっちりとした食感を実現しました。さらに本場の味に近づけるため、鍋に使用する食材であるかつお節やごぼう、まいたけをスープに調合したうま味を感じることができます。味はもちろん見た目も楽しんでもらいたいと、パッケージには比内地鶏やハタハタなど、秋田県の名産が描かれています。作り方は簡単で、きりたんぼをレンジで温めてお湯を注ぐだけ。味は定番の「比内地鶏醤油味」のほか、「スパイシーカレー味」「海鮮ピヤベース味」があり、新しい郷土料理の味わいが楽しめます。

取材協力：(株)ツバサ

## “おつまみにも 料理のアクセントにもなる一品”



自宅でお酒を楽しむ家飲みのお供に、また、料理のアクセントにもなる商品を紹介しします。

色とりどりの地元野菜を瓶詰め

「陽気なピクルス & ディップソース」



岡山県矢掛町美川地区は人口の減少と高齢化が進んでいる地区です。そこで、地域の資源を活用し地域の外に販売できる商品を開発することで、地域の活性化につなげようと考え、農業者、主婦、移住者が中心となって専門家のアドバイスを得ながら、地域の農産物を利用して商品を開発。この時、開発されたのが、地元の畑で栽培された新鮮な野菜で作った「陽気なピクルス&ディップソース」です。出汁や素材のうま味を引き立てる味付けは、お酒のお供にもぴったり。南フランスのプロバンス風デザインの専用ボックスには、「セロリの薄荷ピクルス」「お豆と根菜の梅酢ピクルス」「晴れの国のサルサソース」「にんにくの赤ワインピクルス」の4種類が入っており、豊かな自然に育まれた野菜の味を楽しめます。サルサソースは、パスタソースとして使用したり、焼き魚につけて食べたりするのもおすすめ。セロリの薄荷ピクルスは調味液をポテトサラダに、にんにくの赤ワインピクルスの調味液は、煮卵を作るときに使っても楽しめます。元気なおばあちゃん達が一つひとつ手づくりした商品です。

取材協力：Mikawa Terrace

新感覚おつまみ

「カズチー」



燻製したカズノコと北海道産のチーズを組み合わせた「カズチー」。若い方を中心にもっとカズノコを食べてもらいたいという想いから、カズノコの食感の活かし方、チーズとのバランス感、お酒との相性など、1年の試行錯誤を重ね「おしゃれな珍味菓子」として商品化されました。プロセスチーズの中には、燻製カズノコがぎっしり常温でそのまま食べてもおいしいのですが、公式サイトではカズチーを使ったアレンジレシピを公開しています。トーストにのせたり、フライにしたり、茶碗蒸しの具材として入れたり、アイデア次第でさまざまな料理に活用できます。

取材協力：(株)ノースマート

## “インパクト抜群！ ユニークなご当地商品”



ユニークなネーミングや見た目で話題のアイデア商品を紹介しします。

地元の高校生が考案！

「オオサンショウウオ  
こんにやく」



広島県広島市佐伯区湯来町の名物や特産品をもとに地域活性化を図るため、県立湯来南高校の生徒が考案し、地元企業と共同開発した「オオサンショウウオこんにやく」。町の特産品であるこんにやくと町内を流れる水内川(みのちがわ)に生息する国の特別天然記念物であるオオサンショウウオの見た目に着目し、この商品が考えられました。シシモの卵をこんにやくを交ぜることで、オオサンショウウオの質感を忠実に再現。その再現度の高さが話題となり、現在オンラインショップでは2カ月から3カ月待ちの状態となっています。地元高校生の発案という点でも驚きの声が多数寄せられています。醤油ベースで味付けされているので、そのままでもおいしく食べられるこの商品は、長さ8センチメートルと15センチメートルの2種類が販売されています。

取材協力：藤利食品(有)

印象に残るネーミングとパッケージ

「まずい棒」



ローカル線「銚子電鉄」。利用者減少による経営状況の悪化を打破すべく、ぬれ煎餅に続くお土産として「まずい棒」を作りました。怪談蒐集家の寺井広樹さんと銚子電鉄代表が議論を重ねた末に生まれたアイデアであり、パッケージのイラストは漫画家の日野日出志さんが担当。その名前とパッケージのユニークさが、ネットやSNSで話題となっています。2018年8月の発売から売り上げは好調で、累計販売数は200万本を突破！味は定番の「コーンポタージュ味」と「か〜るいチーズ味」のほか、数量限定の「わさび味」が新登場。同社はほかにはない発想を大切に、オリジナル商品やブランド商品を展開することで地域に貢献したいという気持ちで取り組みを続けています。

取材協力：銚子電気鉄道(株)



## 地域に根づいた ご当地飲食チェーン

全国各地には、特定のエリアで展開している飲食チェーン店が存在します。今回は地域で親しまれている飲食店を紹介します。



静岡県で絶大な人気を誇る

### “ファミリーレストラン「さわやか」”

「さわやか」の人気の秘密

#### 静岡県のみのチェーン展開で品質を保持

さわやかのハンバーグは、すべて自社工場で作っています。作りたてのおいしさを味わってもらうために冷凍することなく、工場から毎日配送できる範囲の出店に制限しています。また、ハンバーグの調理は炭火で、お客様の目の前で各席の担当者が最終調理をします。どちらの工程もスタッフの技術が必要です。静岡県内すべての店舗で同じおいしさを提供するため、スタッフの技術向上に努めています。



#### 徹底した安全管理

ハンバーグに使用する牛肉は、オーストラリアにある指定牧場で育てられた安全なブロック肉(指定部位)のみを使用しており、内臓や端材は使っていません。自社工場から流通まで低温で管理され、品質検査を欠かしません。徹底した安全管理を行うことで、一番おいしく食べられる状態でハンバーグを提供しています。



#### だんらんを提供

大切な家族や仲間と語り、料理を囲んで元気になる「だんらん」の場を提供したいと考えています。お祭りの夜店のようなテント張りのオープンキッチンや、天井の高い木造店内など、工夫された内装もその一つ。明るく元気な挨拶でお客様が身も心も元気になるような接客サービスを心がけています。静岡県で創業し地元の方に支えられてきたので、これからもおいしいハンバーグと明るい接客サービスで静岡県に貢献したいと考えています。



静岡県には、地元の人や観光客に人気のファミリーレストラン「さわやか」があります。今回は同社にさわやかの人気の秘密をお伺いしました。

#### さわやかとは？

静岡県内に34店舗を展開する炭焼きハンバーグを中心としたファミリーレストランです。素材の味を最大限に活かしたおいしく、安全で作った料理を提供しています。2007年に全国放送のテレビ番組で紹介された際、「実は静岡県内にしかないお店だったのか」と話題になり、それ以来、地元の方がそれまで以上に来店するようになりました。商品の品質やおいしさから口コミで、「静岡県にしかないおすすめのお店」として県外の方にも知られるようになりました。

#### 人気ナンバーワンメニュー

##### げんこつハンバーグ

創業以来人気の看板メニューは、げんこつハンバーグ。牛肉100パーセントの炭焼きハンバーグは、肉粒感を残しているののでしっかりと弾力があり、噛むほどにうま味を感じることができます。ソースは醤油ベースに淡路島産のたまねぎがたっぷり入ったオニオンソースが人気。程良い酸味と甘味が、ハンバーグと良く合います。



取材協力:炭焼きレストランさわやか

## 地方発のローカルチェーン

地方ならではの魅力に溢れたお店を、地域ごとに紹介します。

### 北海道

#### 函館ラッキービエロ

人口約25万人の函館市とその周辺のみの展開にもかかわらず、年間約240万人が訪れるハンバーガーレストランの「ラッキービエロ」。北海道産食材にこだわり、食材の多くが地元産です。一番人気は、注文が入ってから作るチャイニーズチキンバーガー。中華風に甘辛く味付けされた鶏の唐揚げとシャキシャキの新鮮なレタスが良く合います。その他、函館名産のイカで作るイカ踊りバーガーなど、個性的なメニューがあります。



チャイニーズチキンバーガー

取材協力:函館ラッキービエロ ペイエリア本店

### 鳥取県

#### すなば珈琲

鳥取県知事の「スタバはないが日本一の砂場はある」という発言がきっかけで2014年にオープンした「すなば珈琲」は鳥取県内で12店舗が営業中。240度に熱した鳥取砂丘の砂で焙煎し、サイフォン式で淹れたオリジナルコーヒーは酸味が少なく深い香りと苦味が特徴です。他にも県外にはほとんど出荷されないモサエビのホットサンドや、大山鶏と地産の野菜が入った薬膳カレーなどの食事も充実。ユモアのある店名やおいしいコーヒーが注目を集め、ご当地コーヒーショップとして鳥取県の観光名所にもなっています。



サイフォン式 砂焼きコーヒー

取材協力:すなば珈琲 新鳥取駅前店

### 岩手県

#### ぴょんぴょん舎

盛岡市に4店舗、仙台市に2店舗、関東地方に4店舗を直営店として展開している「ぴょんぴょん舎」。盛岡市のソルフードである盛岡冷麺や岩手県ブランド牛、国産牛が味わえる焼き肉、チヂミ、石焼ビビンバなど豊富なメニューが提供されています。冷麺は、ツルツルとなめらかな喉越しと強いコシが特徴の麺、牛骨ベースで旨味がたっぷりのポーンブロススープ、自社工場で製造した冷麺専用キムチを使用。材料には岩手県産の食材をふんだんに使用しています。



盛岡冷麺牛焼肉セット

取材協力:ぴょんぴょん舎

### 香川県

#### こだわり麺や

こだわり麺やは、香川県内に12店舗を展開する讃岐うどんチェーンです。麺は、同社がうどんに最適と考えるオーストラリア産小麦と、風味豊かな国産小麦をブレンドして作っています。冬季限定の人気メニューは、根菜や鶏肉など7種の具材がごろごろ入っている香川県の郷土料理「しっぽうどん」。大きめにカットされた具材に出汁が染み込んで、口いっぱいこま味が広がります。冬野菜と薬味の生姜で体の芯まで温まるうどんです。また、地域の方に健康のことを気にせず毎日食べられるうどんを提供したいと考え、出汁には上白糖の代わりに、食後の血糖値の上昇を抑える効果があるとされる希少糖を使用しています。



しっぽうどん

取材協力:こだわり麺や 丸亀田村店

### 茨城県

#### ばんどう太郎

和食ファミリーレストランとして関東地方に49店舗を展開している「ばんどう太郎」。四季折々の地元の食材を安全においしく届けることを大切にしています。坂東味噌煮込みうどんは、発酵食品である味噌をもっと食べてもらいたいという想いから開発。手打ち式にこだわったうどんは喉越しが良く、スープは足かけ3年以上天然熟成させた特別仕込みの味噌と、利尻昆布やかつお節で取った出汁を合わせ、深く上品な味わいです。本当においしいと思える商品を提供することで、お客様の満足だけではなく、スタッフも誇りを持って働けるという想いのもと、地域社会に貢献し続けています。



坂東味噌煮込みうどん

取材協力:ばんどう太郎総本店

### 福岡県

#### むっちゃん万十

福岡県で30年以上、おやつや軽食として愛されている「むっちゃん万十」。むっちゃんとは有明海に生息するムツゴロウのこと。ムツゴロウの形をしたカステラのようなふわふわ生地に、いろいろな具材を挟んで焼き上げます。具材は、あんこやカスタードなどの甘いものからハムエッグや豚の角煮などのおかずまでさまざま。下準備から焼き上げまですべて手作業にこだわり、いつでもできたてを味わうことができます。



ハムエッグ

取材協力:むっちゃん万十 西鉄香椎店

### 和歌山県

#### グリーンコーナー

和歌山県で1854年から続く老舗のお茶屋「玉林園」が展開するファストフード店。国産の抹茶を使用した人気のグリーンソフトは、袋入りの冷凍アイスクリーム「かたの」と巻きたてのソフトクリーム「やわらかいの」の2種類があります。使用する抹茶は石臼で挽くことにこだわり、深い香りとなめらかな口あたりが特徴に。やわらかいの、店頭でしか販売されていません。ほかにも天かすが入ったてんかけラーメンなど、甘味、軽食から食事まで幅広く取り揃えており、老若男女に愛されています。帰省した方はグリーンコーナーに来ると「和歌山に帰ってきた」と実感するそうです。



左:やわらかいの  
中右:かたの

取材協力:玉林園本社 本社工場 グリーンコーナー

### 沖縄県

#### A&W

1919年にアメリカで創業したA&Wは、1963年に沖縄県に1号店をオープン。日本初のファストフードレストランになりました。一番人気の商品は、黒糖ペッパーポークとクリームチーズ、オニオンリングを挟んだボリューム満点のThe A&Wバーガー。14種類以上のハーブから作られたノンアルコールの炭酸飲料、ルートビアはA&Wを代表するドリンクで、おかわりが自由。また、日本では珍しいドライブインを体感できる店舗もあります。車社会であるアメリカが発祥の飲食スタイルで、車に乗ったまま注文し、駐車したまま車内で飲食ができます。



The A&Wバーガー

取材協力:A&W 屋宜原店

# ふるさと 給食自慢。

日本全国で提供されている学校給食のメニューの中から、その土地で親しまれている郷土料理や食材などを取り入れたものを紹介。その地域ならではの食の連載をお届けします。

第14回

埼玉県行田市の  
学校給食

## ゼリーフライ



ゼリーフライ、もやしラーメン、デザートにはさっぱりとした白玉フルーツポンチ、そして牛乳の献立。

愛され続けるソウルフード

市民のおやつ

「ゼリーフライ」

(行田市立学校給食センター)

埼玉県の北部に位置する行田市は、群馬県との境に利根川、市の南部には荒川と2本の一級河川が流れる水と緑に恵まれた市です。日本一の生産量を誇る、歴史のある足袋の産地でもあり、市内には昔ながらの風情を残した「足袋蔵」が点在しています。自然と歴史が息づく行田市で昔から市民に親しまれるソウルフード「ゼリーフライ」は、学校給食にも登場します。



ゼリーフライはお菓子のゼリーとは別物で、衣のついていないコロッケのような食べ物です。材料はおから、じゃがいも、ねぎ、にんじん。皮をむいて蒸したじゃがいもを潰し、おから、ねぎ、下茹でしたにんじんを交ぜ合わせ、小判形に成形し、油で揚げます。ウスターソースと中濃ソース、みりんを合わせ加熱して作ったオリジナルのソースに揚げたてのゼリーフライをくぐらせて完成です。その名の由来は、小判形であることから「銭フライ」と言われていたものの「銭」がなまって「ゼリーフライ」になったとか。



子ども達から大好評のゼリーフライは、ラーメンの付け合わせとして出されるほか、パンに挟んでハンバーガーのようにして食べることも。いろいろな食べ方で献立を組むことで子ども達に楽しんでもらえるように工夫をしています。

## 行田市のご当地メニュー「ゼリーフライ」とは？

### ゼリーフライの歴史



ゼリーフライのルーツは日露戦争時、中国から伝わった野菜まんじゅうといわれています。明治後期には食べられていたという記録があり、

昭和初期の行田市で全盛期を迎えた足袋工場で働く女工さんのおやつとして人気があったそうです。以来、長い間市民のおやつとして愛され続け、行田市のソウルフードと呼ばれるまでになりました。

### おからでヘルシー！ 「ゼリーフライ」の実力



ゼリーフライはおからがたくさん入っているため、食物繊維が豊富で腸の働きを促進する効果が期待できます。また、じゃがいもを使用しているので腹持ちが良く、おやつにもぴったりです。（監修：管理栄養士・国際中医薬膳師 清水 加奈子さん）

行田市では、2006年頃からゼリーフライをB級グルメとして全国ブランド化事業に取り組んでいます。2010年には小麦粉にねぎや卵、肉などを入れて鉄板で焼いたもう1つのご当地グルメ「フライ」を取り扱う業者によって「行田フライ、ゼリーフライ友の会」が結成。市内でフライやゼリーフライを食べられる店舗をまとめたマップが作られ、市外の人への周知にも尽力しています。また、2017年には「和装文化の足元を支え続ける足袋蔵のまち行田」として埼玉県内で初の日本遺産に認定されました。ゼリーフライも日本遺産の構成資産になっています。



## 全国給食牛乳 コレクション

### 中部編

#### 石川(福井)県 農協牛乳／アイ・ミルク北陸(株)



1894年に創業したアイ・ミルク北陸(株)は、北陸地域で最大級の生乳処理量を誇る乳業メーカーです。石川県内17市町、福井県の一部地域の学校に供給している「農協牛乳」は、100パーセント石川県産の生乳を使用。コクがあり、大人から子ども

まで幅広く愛されています。必須アミノ酸をバランスよく含んだ良質なたんぱく質、カルシウム、ビタミンA、ビタミンB2など、成長期に必要な栄養素が豊富に含まれています。農協牛乳の赤いパッケージは、石川県で古くから「赤パック」として親しまれており、側面広告には同社のマスコットキャラクターである「こみるちゃん」を掲載。子ども達から可愛いと好評のこみるちゃんは6種類の絵柄があり、どの絵柄になるかが楽しみの1つでもあります。

取材協力：アイ・ミルク北陸(株)

全国のおよそ9割の学校給食で毎日提供されている牛乳にも、地域によって違いがあります。子ども達に新鮮な牛乳を楽しんで飲んでもらえるように、どんな工夫があるのでしょうか。各地域で提供されているご当地牛乳を紹介します！

#### 静岡県 フクロイ牛乳／フクロイ乳業(株)



フクロイ乳業(株)は、1895年に興養社として創業して以来120年以上の歴史があります。静岡県西部の小、中学校に供給されている「フクロイ牛乳」は、朝霧高原をはじめ静岡県内で育てられた乳牛から搾られた生乳を使用。大自然の中で育った牛からは、

コクと甘味が豊かでスッキリとした喉越しが特徴の牛乳が生産されます。パッケージには、子ども達に親しんでもらえるように可愛い牛のイラストを採用しています。

取材協力：フクロイ乳業(株)

# ふるさと 給食自慢。

日本全国で提供されている学校給食のメニューの中から、その土地で親しまれている郷土料理や食材などを取り入れたものを紹介。その地域ならではの食の連載をお届けします。

第15回

山梨県山梨市の  
学校給食

ほうとう



山梨県の郷土料理であるほうとうがメインの献立。ほかに、きな粉揚げパン、れんこんとツナの和え物、旬のりんごは皮をむかずに、彩りを添えます。牛乳も山梨県産のものが提供されています。

## 体あたたまる冬の味覚 具がたっぷりで栄養満点 「ほうとう」

(山梨市学校給食センター)

ほうとうは、一般的なうどんと違って幅広く切られた平打ち麺を使用し、そこに鶏肉、季節の野菜などを入れて味噌仕立ての汁で煮込んだ料理です。冬になると県内の各家庭などで作られてきた郷土料理ですが、時代が進むにつれて作られる機会が減少しました。そのため、子ども達が郷土の味に親しめるように学校給食として提供されています。



煮干しから取った出汁に合わせ味噌を溶き、根菜、はくさい、きのこ類、鶏肉、油揚げなどを火の通りづらい順に煮込みます。最後に、ほうとうに欠かせない食材のかぼちゃを入れて煮込めば完成です。

給食センターで調理して提供されるほうとうは、学校内で給食を調理していた時とは違った工夫が必要です。給食センターでは配送に時間がかかり、その間に汁が吸われて少なくなり、麺が伸びてしまいます。麺の長さは7センチメートル程度に抑え、打ち粉も少なめにすることで、給食センターでは少しサラサラした状態が、学校に届く時にはちょうど良いとろみ加減になります。



ほうとう麺と季節の野菜をかぼちゃと一緒に煮込むことで自然な甘味が出るため、低学年の子ども達も好き嫌いなく食べられる味になっています。山梨県には物事がうまく進んだときに「うまいもんだよ、かぼちゃのほうとう」という言い回しをする文化があるほど、定番の具材としてかぼちゃがよく使われます。ほうとうは、一番なじみ深いかぼちゃの食べ方として、子ども達が大好きな給食です。

## 山梨県の郷土料理「ほうとう」とは？

### ほうとうの歴史



山梨県は県土の大部分が山地であり、稲作を行いつらい環境であったため、主食として米を用いるのが困難だったとされています。そのため、小麦粉を材

料とするほうとうは食生活の中心として伝承されてきました。冬になると大鍋を用い、家の畑で採れた野菜を煮込んで、家族全員で朝晩ほうとうを食べるとというのが山梨県の伝統的な光景でした。近年では家庭で作られる機会が減り、県外からの観光客に対するおもてなしとして、ほうとうをお店で食べてもらうということが増えています。

### 具たくさんで栄養たっぷり！ ほうとうの実力



ほうとうには、かぼちゃやだいこん、にんじん、はくさい、きのご類、鶏肉、油揚げなどさまざまな具材が使用されています。たんぱく質、炭水化物、ビタミン、ミネラルなどをバランス良く摂ることができます。（監修：管理栄養士・国際中医薬膳師 清水 加奈子さん）

給食でほうとうを提供する際には、栄養士さんが教材を使ってほうとうの歴史や栄養について説明し、子ども達の郷土料理についての理解が深まるように工夫しています。給食として提供していくことで、子ども達の心に深く残っていきます。



## 全国給食牛乳コレクション

### 中部編

#### 愛知県 中央牛乳／中央製乳（株）



地産地消をモットーとし、創業80年以上の歴史を有する乳業メーカーである中央製乳（株）。牛乳のおいしさを決めるのは「生乳の鮮度」と「関わる人たちの愛情」という想いのもと、酪農家と従業員が丸一となって「中央牛乳」を生産しています。成分無調整の牛乳は乳牛に与えるエサや

季節などにより風味が変わるそうですが、子ども達からは「とてもおいしい牛乳」と評判です。牛乳1本（200ミリリットル）あたり、約200ミリグラムのカルシウムが含まれていて、栄養はバッチリ。この中央牛乳は三河地域、知多地域、尾張地域の31市町村に届けられ、県内の約半数の子ども達が毎日飲んでいます。

取材協力：中央製乳（株）

全国のほとんどの学校給食で毎日提供されている牛乳にも、地域によって違いがあります。子ども達に新鮮な牛乳を楽しんで飲んでもらえるように、どんな工夫があるのでしょうか。各地域で提供されているご当地牛乳を紹介します！

#### 岐阜県 飛騨高原牛乳、飛騨牛乳／飛騨酪農農業協同組合



高山市と下呂市の酪農家によって組織された、酪農の専門農協である飛騨酪農農業協同組合は、1929年に牛乳販売購買利用組合として創業し、約100年の歴史を有しています。給食用牛乳としてはビンまたは紙パックで供給しており、ビンに描かれた牛のイラストは、市内の小学生から募集した絵を採用しています。飛騨地方の清涼な空気や水、良質の飼料によって飼われた乳

牛から搾られた牛乳は、「あっさりとしたさわやかな味」が楽しめます。また、組合の専門指導員（獣医師）が毎月農家を巡回し、牛の健康状態の確認や助言を行っています。品質管理が徹底された牛乳は、高山市、飛騨市、下呂市、白川村と飛騨地域全域に届けられています。

取材協力：飛騨酪農農業協同組合

食を究めた  
スペシャリストが教えます

# 達人 レシピ。

日本各地、旬の食材を提供する農家や漁師など、食のスペシャリストたちが、専門家だからこそ知っている秘伝のレシピを紹介。食材の味や、栄養を引き出し尽くす！達人ならではのレシピをお見逃しなく！



## 第14回 わさび

日本固有の香辛料であるわさび（水わさび、畑わさび）は、根茎（こんけい）部分をすりおろすと甘く清涼感のある辛味が生じるため、寿司や刺し身、蕎麦などの薬味として和食に欠かせない食材です。根茎部分は1年中収穫できますが、晩秋から冬にかけてゆっくり成長したわさびは、より辛味が楽しめます。江戸時代初期に静岡県静岡市葵区有東木（うとうぎ）地区で、溪谷一面に自生していたわさびを、「井戸頭」という湧水地に移植したのが、わさび栽培の始まりと伝えられています。

## わさび栽培の達人



### 「このわさび田とわさびは 先人の汗と努力の賜物」

#### （株）わさびの門前 白鳥 義彦さん（静岡県静岡市）

2018年に国連食糧農業機関（FAO）から「静岡水わさびの伝統栽培」が“世界農業遺産”に認定されました。その際、約400年続くわさび農家の17代目である白鳥さんも認定式に出席したそうです。「わさびは非常にデリケートな植物で、低温と高温に弱く、常時水温15度前後の湧き水が大量に必要です。通年水温が変わらない湧水は、冬の寒さ、夏の暑さからわさびを守ってくれます。有東木では、『畳石（たたみいし）式』という特殊な棚田でわさびを栽培しています。畳石式とは、地盤を掘った上に、大きな石、小石、砂の順番に敷き、その上にわさびを植え、上段から湧き水を流した栽培方法。わさびの辛味成分には、他の植物の育成を阻害する効果があります。また、この辛味成分によって自家中毒を起こしてしまい、わさび自体もあまり大きくなることができません。しかし、畳石式は地中を流れる大量の水によって辛味成分が流されるので、おいしく大きなわさびができます。畳石式は19世紀後半に開発された築田法ですが、当時の技術で山の中まで大量の石を運ぶ作業は、本当に大変だったと思います。このように先祖が血のにじむような汗と努力によって残してくれた財産であるわさび田とわさびを、私も次の世代に残していきたいです。険しい山と森に囲まれた有東木には、わさび栽培の他にも、国の民俗無形文化財に指定されている盆踊りやお神楽など、貴重な文化が多く残されています。



（株）わさびの門前の  
詳細はこちらから

独特の辛味は  
効果いっぱい

わさびの辛味成分アリルイソチオシアネートには抗菌、抗虫作用があり、古くから食中毒予防に使われてきました。近年の研究では、根茎に含まれる香り成分6-メチルスルフィニルヘキシルイソチオシアネート(6-MSITC)には抗酸化作用やがん抑制作用、認知機能の向上、アレルギー軽減作用など多くの効果が期待できるとして注目を浴びています。チューブわさびで6-MSITCを摂取したいなら、本わさびを多く配合しているものを選びましょう。(監修:管理栄養士・国際中医薬膳師 清水 加奈子さん)



食のスペシャリストが教える!

# 達人レシピ

## わさびの茎の塩昆布和え

わさびはすりおろして薬味にする根茎だけでなく、葉や根、花、茎もおいしく食べられます。今回は茎を使った副菜を紹介します。さわやかな辛味がクセになる一品です。



用意するもの(4人分)

- わさびの茎…4本
- かつお節…適量
- 塩昆布…大さじ2(4グラム)



1 わさびの茎を5ミリメートル幅の薄切りにします。



2 1をザルにあげ、熱湯をかけて、水分を絞ります。



3 密閉容器に入れ、30分ほどおきます。



4 粗熱が取れたら、塩昆布で和えて30分ほどおき、器によそってかつお節をかければ出来上がりです。



### ここがポイント!

密封容器に入れることによって、揮発性のわさびの辛味成分を逃がすことなく、清涼な辛味のある味わいになります。



なくそう!  
食品ロス

根茎は使用した箇所を良く洗ってから水気を拭き、ラップをして冷蔵庫の野菜室で保存すれば、1カ月から1カ月半はもちます。

また、すりおろしたわさびを棒状にしてラップに包み冷凍保存すれば、多少風味は劣りますが、長期保存できます。使いたい分だけ折って解凍して使用してください。

達人レシピ。

食を究めた  
スペシャリストが教えます

# 達人 レシピ。

日本各地、旬の食材を提供する農家や漁師など、食のスペシャリストたちが、専門家だからこそ知っている秘伝のレシピを紹介。食材の味や、栄養を引き出し尽くす！達人ならではのレシピをお見逃しなく！



## 第15回 みやざき 地頭鶏

養鶏が盛んな宮崎県では年間約1億3千羽の若鶏の肉が出荷されています。地鶏については、島津藩で古くから飼育されていた「地頭鶏(じとっこ)」を宮崎県が独自に改良した食用鶏「みやざき地頭鶏」は、弾力がありながらもやわらかく、噛むごとにうま味が溢れるジューシーさから、全国的な知名度を誇るブランド地鶏になっています。国が定める日本農林規格(JAS)では、地鶏の条件として定められたいくつかの項目がありますが、その中で、「28日齢以降1平方メートル当たりの飼育羽数は10羽以下、ふ化日から75日以上飼育」とされている条件が、みやざき地頭鶏は「1平方メートル当たりの飼育羽数は2羽以下、飼育期間は、雄は概ね120日、雌は概ね150日」と、みやざき地頭鶏事業協同組合の定めた厳格な基準に則って育てられています。

## みやざき地頭鶏飼育の達人



「ストレスフリーで健康な鶏は  
うま味もアップします」

みやざき地頭鶏事業協同組合  
(株)地頭鶏 恵  
阪元 優さん(宮崎県日南市)

阪元さんとみやざき地頭鶏の出逢いは、前職で地方銀行の融資担当をしていた時のこと。「融資希望者からみやざき地頭鶏飼育の事業計画を聞いて、『県の新しい名物を立ち上げるなんて面白そう。自分もやってみたい』と興味を持ちました。最初は兼業で、鶏たちの世話も楽しくて、半分趣味みたいな気持ちでした。みやざき地頭鶏の知名度アップに伴い、需要も大幅に増えたため専業に。鶏たちの様子には日々気を配るのはもちろん、ストレスの少ない広い場所でたくさん運動させたり、サツマイモと乳酸菌を混ぜたエサを与えて腸内環境を良くしたりして、肉のうま味をアップさせています」。同社の鶏肉を使いたいと希望する県外の飲食店と商談をする機会が多い阪元さん。その時は、宮崎県代表のような気持ちで、鶏肉だけでなく、日南レモンなど他の県産特産物も併せてPRするようにしているそうです。



地頭鶏 恵の  
詳細はこちらから

体を作る  
良質のたんぱく源！

鶏肉は、多くの種類のアミノ酸をバランス良く含む、消化吸收の良い上質なたんぱく源。ビタミンA・B群、ナイアシンなども含まれています。（監修：管理栄養士・国際中医薬膳師 清水 加奈子さん）



食のスペシャリストが教える！

# 達人レシピ

## 酢鶏

さっぱりした味わいで、野菜がたくさん食べられるレシピです。



用意するもの(2人から3人分)

- 醤油…大さじ1
- 酒…大さじ1
- 手羽肉(骨から外したもの) …200グラム

- 片栗粉…適量
- にんじん…2分の1本
- たまねぎ…2分の1個
- ピーマン…2個
- サラダ油…大さじ1

[A]

- 酢…大さじ2
- 醤油…大さじ2
- 砂糖…大さじ2
- ケチャップ…大さじ1
- 酒…大さじ2
- みりん…小さじ2
- 水…大さじ4
- 片栗粉…小さじ2



1 醤油と酒を混ぜた中に、ひと口大に切った手羽肉を10分から15分漬け込みます。



2 にんじん、たまねぎ、ピーマンを食べやすい大きさに切ります。



3 1に片栗粉をまぶして、油でキツネ色になるまで揚げます。



4 フライパンにサラダ油を熱し、2を炒めて火が通ったら、3と合わせておいたAを入れ、とろみがつくまで炒めて出来上がりです。



### ここがポイント！

手羽肉を使うことで、バサつかず、ジューシーな仕上がりになります。



なくそう！  
食品ロス

飲食店に肉を卸す時は、部位ごとにそのお店の希望する量で真空パッケージすることで、使い切りやすいように工夫しています。

達人レシピ。