

地域の特産を使った

餃子の食べ方 47

餃子の食べ方は、もっと自由に。

47都道府県の国産食材を使った餃子の食べ方を
餃子界のレジェンド・パラダイス山元氏が開発
食から交わる餃子会議、進行中です

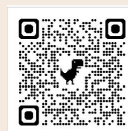


パラダイス山元

「餃子の王様」と呼ばれる餃子界のレジェンド。餃子マニア垂涎「秘伝餃子 曼珠院」のオーナーシェフ。著書に「読む餃子」「うまい餃子」英語版「GYOZA」など。



九州・沖縄地方
の特産品を使った食べ方



餃子の食べ方 47
特設サイト



いちじくとオリーブオイル
で食べる餃子

【福岡】



「かぼす」と柚子胡椒で食
べる餃子

【大分】



卵黄と粉末味噌で食べる餃
子

【宮崎】



フレッシュなトマトで食べ
る餃子

【熊本】



あご粉末と地ソルトで食べ
る餃子

【長崎】



玉ねぎ酢と地ソルトで食べ
る餃子

【佐賀】



オクラとオリーブオイルと
地ソルトで食べる餃子

【鹿児島】



シークワーサーとコーレー
グースと雪塩ときび糖で食
べる餃子

【沖縄】

農林水産省
九州農政局



いちじくとオリーブ オイルで食べる餃子 【福岡県】

お肉と相性のよい いちじくが餃子ともよく合います！

材料【1人前】

いちじく：1/2 個

オリーブオイル：小さじ1

作り方

- ① よく熟れたいちじくを好みの大きさにカットまたはペースト状にします。
- ② お皿にいちじくを盛ります。
- ③ オリーブオイルを加えて完成です。



ベリー系の甘い果物とお肉（餃子）の組み合わせが、北欧系の肉料理のイメージです。甘い果物なら、いちじくも合うのでは？と組み合わせてみました。

福岡の太陽をサンサン浴びて甘味がしっかりと詰まった、とても上品な味わいのいちじく。お肉料理のソースや、直接、お肉と組み合わせても美味しい食材です。オリーブオイルが、餃子といちじくを上手くまとめてくれます。（パラダイス山元）



玉ねぎ酢と地ソルト
で食べる餃子
【佐賀県】

玉ねぎとお酢との好相性。さっぱり餃子がいい感じ！

材料【1人前】

玉ねぎ酢：小さじ2

塩：小さじ1

作り方

- ① お皿に塩を盛ります。
- ② 玉ねぎ酢を加え、混ぜ合わせて完成です。



玉ねぎの風味のお酢が、餃子の肉汁にとっても合います。薬味としてのネギとはまたちょっと違う、程よい酸味と香ばしい香りがプラスできる食べ方です。

甘くて柔らかくミネラル分が多く、みずみずしい佐賀の玉ねぎを使ったお酢に、地元のお塩を合わせてみました。玉ねぎの血液サラサラ効果があれば、つい食べ過ぎても...少しは自分を、許しちゃってください！（パラダイス山元）



**あご粉末と地ソルト
で食べる餃子**
【長崎県】

上品でさっぱりな旨味と特色ある地ソルトの競演

材料【1人前】

あご（粉末）： 小さじ1

塩： 小さじ1

作り方

お皿にあご（粉末）と塩を盛って完成です。



五島灘などきれいな海水を原料にした、ローカルソルトが長崎にはたくさんあります。そこにアゴの出汁の美味さが加わり、海の旨味が感じられる餃子になります。

「アゴ」とはトビウオのことで、長崎では汁物でアゴだしが多く使われます。上品でスツキリとした甘味と独自の旨味が特徴のアゴ粉末と、塩味の他にも、それぞれの旨味がある地元の塩を合わせました。（パラダイス山元）



フレッシュなトマト で食べる餃子 【熊本県】

フレッシュなトマトをかけた餃子をオリーブオイルとともに味わう！

材料【1人前】

カットトマト：大さじ山盛り2杯

オリーブオイル：小さじ1杯

塩：ひとつまみ

作り方

- ① トマトは4ミリ角にカットします。
- ② 盛り付けた餃子にカットしたトマトをかけます。
- ③ そのうえからオリーブオイルをかけます。
- ④ 塩をひとつまみふりかけます。



今回は、餃子と「くまもとの赤」として象徴的なトマトのコラボです。

生のトマトを使用する事で、アツアツの餃子をフレッシュなトマトが引き立てます。仕上げのオリーブオイルの香りを楽しむために、餃子を焼く際はサラダ油やこめ油を使うのがおすすめです。（パラダイス山元）



「かぼす」と柚子
胡椒で食べる餃子
【大分県】

口の中で弾ける柑橘系。柚子胡椒がアクセント

材料【1人前】

かぼす（小）：1/2個

柚子胡椒：小さじ1

作り方

- ① お皿に柚子胡椒を盛ります。
- ② かぼすを絞って完成です。



絶対に外さない、万人におすすめできる食べ方です。餃子の味を締める柚子胡椒へ、さらに生かぼすのフレッシュさをプラスすることで、さっぱり感がアップします。

大分が全国9割以上の生産を誇る、まろやかな酸味とさわやかな香りが特徴のかぼす。その果汁で柚子胡椒の塩味を丸くし、さらに柑橘系の風味をマシマシにした餃子の食べ方です。サッパリ好きには、おすすめですよ！（パラダイス山元）



**卵黄と粉末味噌で
食べる餃子**
【宮崎県】

餃子を旨味で包み込む！ 卵黄と味噌の濃厚タッグ

材料【1人前】

たまご：1個

粉末味噌：小さじ1

つくり方

- ① お皿に卵黄と粉末味噌を盛ります。
- ② 混ぜ合わせて完成です。



粉の味噌を使う事で食感がよくなります。いつものペースト状のお味噌とは、ちょっと違う食べ方になります。卵黄との相性は、粉末味噌の方が味がしつかりしますよ。

艶や色味はもちろん味の濃い、宮崎の卵黄を十二分に活かす餃子の食べ方です。卵黄と味噌の塩味や旨味がよく馴染むのは断然、粉末味噌です。餃子の肉汁に全然負けない、濃厚なタレでご飯をかき込んで下さい。（パラダイス山元）



オクラとオリーブオイルと地ソルトで食べる餃子
【鹿児島県】

ヌルヌル感がクセになる。オクラと餃子の新食感！

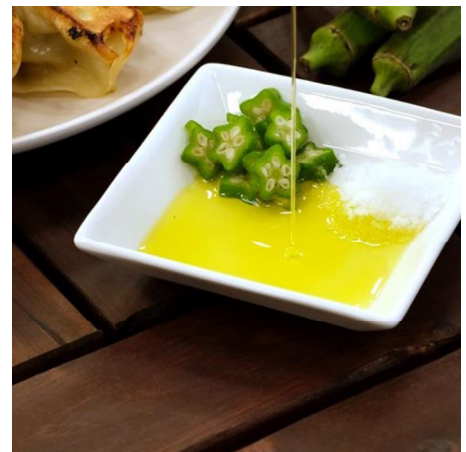
材料【1人前】

オクラ：1本

オリーブオイル：小さじ1

塩：小さじ1

作り方



- ① オクラをカットします。
- ② お皿にカットしたオクラと塩を盛ります。
- ③ オリーブオイルをかけて完成です。

刻みオクラのネバっと食感が、口の中で餃子に絡みつくのが美味しさのポイントです。独特なオクラの青臭さも餃子と合わせると、クセになる餃子になるから不思議です。

鹿児島は収穫量全国1位のオクラの産地です。オリーブオイルと地元の塩でさっぱりと。粘り気が特長のオクラには、便通を促し、腸内環境を整える作用があります。（パラダイス山元）



シークワーサーと
コーレーグースと
雪塩ときび糖で食
べる餃子
【沖縄県】

沖縄の海と太陽が育んだ強い個性が口の中で爆発！

材料【1人前】

シークワーサー（小）：1/2 個

コーレーグース：小さじ1

塩（雪塩）：小さじ1

きび糖：小さじ1



作り方

- ① お皿に塩ときび糖を盛ります。
- ② シークワーサーを絞った果汁とコーレーグースを加え、混ぜ合わせて完成です。

THE沖縄！という食材を使った、パンチのきいた私のお気に入りの組み合わせです。地元の塩「雪塩」の舌触りがよく、食感も楽しめる組み合わせです。

島唐辛子を泡盛に漬けこんだコーレーグースの強烈な辛みと、沖縄の柑橘系の代表格「シークワーサー」の酸味で、キレのある美味しい食べ方になります。きび糖のやさしい甘味と、雪塩の旨味が味のミソなんです！（パラダイス山元）