

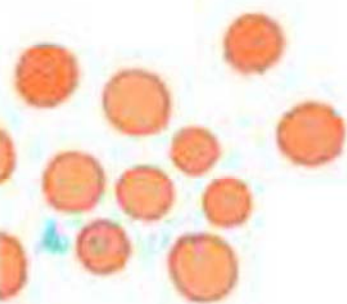
字解日本

多士料理

从九道日本多士料理
带你走进的治愈系
看这有魂的大和国民

茂吕美耶

Miya





想象另一种可能

理想
国

imaginist

字解日本

乡土料理

Miya

茂吕美耶

广西师范大学出版社

· 桂林 ·

目 录

前 言

北海道

北海道

乡土料理：ジンギスカン、石狩鍋、ちゃんちゃん焼き

本地人気料理：ウニ&イクラ丼、スープカレー 12



东北地方

青森县

乡土料理：莓煮、煎饼汁 20

岩手县

乡土料理：わんこそば、ひつつみ

本地人気料理：盛岡冷麺、盛岡じゃじゃ麺 24

宫城县

乡土料理：ずんだ餅、はらこ飯

本地人気料理：牛タン焼き 32

福島县

乡土料理：こづゆ、にしんの山椒漬け 36

秋田县

乡土料理：きりたんぼ鍋、稲庭うどん

本地人気料理：横手焼きそば 40

山形县

乡土料理：芋煮、どんがら汁 46

关东地方

栃木县

乡土料理：しもつかれ、ちたけそば
本地人気料理：宇都官餃子 52

茨城县

乡土料理：あんこう料理、そばろ納豆 58

群馬县

乡土料理：おつきりこみ、生芋こんにやく料理
本地人気料理：焼きまんじゅう 62

埼玉県

乡土料理：冷汁うどん、いが饅頭
本地人気料理：焼き鳥 68

千葉県

乡土料理：太巻き寿司、イワシのごま漬け 74

東京都

乡土料理：深川丼、くさや
本地人気料理：もんじゃ焼き 78

神奈川県

乡土料理：へらへら団子、かんこ焼き
本地人気料理：横須賀海軍カレー 84



中部地方



新潟県

乡土料理：のっぺい汁、笹寿司 90

長野県

乡土料理：信州そば、おやき 94

山梨県

乡土料理：ほうとう、吉田うどん 98

静岡県

乡土料理：桜えびのかき揚げ、うなぎの蒲焼き
本地人気料理：富士宮やきそば 102

愛知県

乡土料理：ひつまぶし、味噌煮込みうどん 108

富山县

乡土料理：鱒寿司、ぶり大根 112

岐阜県

乡土料理：栗きんとん、朴葉味噌 116

石川県

乡土料理：カブラ寿司、治部煮 122

福井県

乡土料理：越前おろしそば、さばのへしこ 126



近畿地方

滋賀県

乡土料理：鮎寿司、鴨鍋 132

三重県

乡土料理：伊勢うどん、手こね寿司 136

京都府

乡土料理：京漬物、賀茂なすの田楽 140

大阪府

乡土料理：箱寿司、白みそ雑煮
本地人気料理：お好み焼き、たこ焼き 144

兵庫県

乡土料理：牡丹鍋、いかなごのくぎ煮
本地人気料理：明石焼き、神戸牛ステーキ 150

奈良県

乡土料理：柿の葉寿司、三輪素麺 156

和歌山県

乡土料理：鯨の竜田揚げ、めはり寿司 160



中国地方



鸟取县

乡土料理：かに汁、あごのやき 168

岛根县

乡土料理：出雲そば、しじみ汁 172

冈山县

乡土料理：岡山ばら寿司、ままかり寿司 176

广岛县

乡土料理：牡蠣の土手鍋、あなご飯
本地人気料理：広島風お好み焼き 180

山口县

乡土料理：河豚料理、岩國寿司 184

四国

徳岛县

乡土料理：蕎麥米雑炊、ぼうぜの姿寿司 192

香川县

乡土料理：讃岐うどん、あんもち雑煮 196

爱媛县

乡土料理：宇和島鯛めし、じゃこ天 200

高知县

乡土料理：かつおのたたき、皿鉢料理 204

九州・沖縄

福岡県

郷土料理：水炊き、がめ煮
本地人気料理：辛子明太子 210

佐賀県

郷土料理：呼子イカの活きづくり、須古壽し 216

長崎県

郷土料理：卓袱料理、具雑煮
本地人気料理：皿うどん、ちゃんぽん、
佐世保バーガー 220

大分県

郷土料理：ブリのあつめし、ごまだしうどん、
手延べだんご汁 226

熊本県

郷土料理：馬刺し、いきなりだご、辛子蕪根
本地人気料理：太平燕 230

宮崎県

郷土料理：地雞の炭火焼き、冷や汁
本地人気料理：チキン南蠻 238

鹿児島県

郷土料理：雞飯、きびなご料理、つけあげ
本地人気料理：黒豚のしゃぶしゃぶ 244

沖縄県

郷土料理：沖縄そば、ゴーヤーチャンプルー、
いかすみ汁 250



前言

乡土料理是具有浓厚地方色彩的传统料理，不但用当地食材，并应当地的气候风土、历史文化，以当地的独特调理方式做出，并在最时宜的季节或特殊节日上桌。由于乡土料理是代代相传的家庭口味，在往昔交通工具不发达的时代，离乡背井的人在外地很难吃得到故乡料理。如今流通渠道五花八门，日本近年来又很流行产地直销方式，缩短了生产者与消费者之间的距离，因此素来只有当地人知晓的乡土料理便逐渐受到瞩目。

日本农林水产省于二〇〇七年十二月，根据各都、道、府、县厅的推荐目录与全民网络投票结果，自将近一千七百道候补料理中，选定九十九道各县代表性乡土料理，命名为“农山渔村乡土料理百选”。

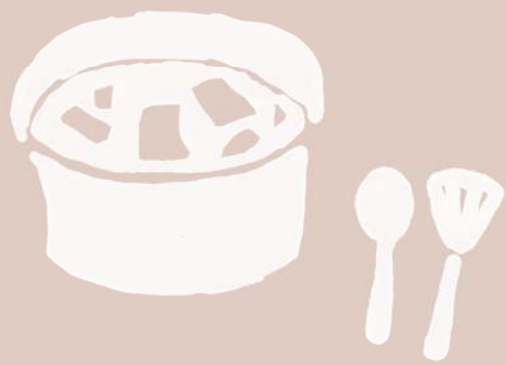
名为“百选”，实际只有九十九道料理，目的是想让每个国民补上自己心目中最怀念的第一道家乡菜。此外，除了真正的乡土料理，还让当地居民选出二十三道“想推荐给外地人的本地人气料理”。大抵说来，本地人气料理都是闻名全日本的佳肴或小吃，但乡土料理目录中则有不少外地人从未听闻或吃过的珍馐，非常有趣。

本书除了介绍上述料理，也漫然聊些有关料理的妙闻韵事，想到什么就写什么。以料理来比喻，这些小故事等同主菜前的冷盘或饭后咖啡甜点，希望能博得各位读者的小小掌声。偶尔也插花描述日本某些县的县民性，并根据日本总务省、农林水产省、厚生劳动省、内阁府、警察厅等中央省厅所统计的数字结果，摘录一些有趣的杂学知识，让大家能进一步了解日本大和民族的国民性。所谓“县民性”，并非单指该县人的

笼统思想观念和气质，还包括饮食、消费倾向以及存款金额等科学性的具体统计数字。当地的地形、气候、历史、人口、产业、教育方式……均是形成县民性的因素之一，但县民性亦不能代表该县每个人均具有此特质，而是指在统计数字上占大多数而已。

此外，县民性的地域范围也并非纯指户籍上登记的出生地，例如我的籍贯是日本埼玉县，但我实际出生成长于台湾高雄市，就县民性来说，我应该具有台湾南部人的气质。或者有些人出生在东京，却在上幼稚园之前便全家搬到京都，小学、中学都在京都度过，如此一来，即便该人的籍贯是东京，该人的县民性也应列入“京都人”项目中。总之，在沿海城市成长的人与在内陆深山成长的人，思想观念和个性会有差异是可想而知的现实。

在日本，有关县民性的最初著述是《人国记》，作者与成立年代不详，但估计在一五〇〇年之前便有了。此书是十六世纪日本战国大名武田信玄爱读的书之一，毕竟了解邻国风土、人情、国民气质与个性，是身为一国之主该尽的职责；江户时代地志学者关祖衡（Seki-Sokou）又附上地图、解说，改编为《新人国记》。这类书籍在现代日本通常成为企业商品营销参考资料。例如摩托车，倘若送到一年中有将近半年都是雪天的北海道，会很难卖出，所以北海道的摩托车普及率只占百分之八；但在铁路网不发达的四国则可以成为抢手货，四国气候温暖，县民个性开朗，比较喜欢开放式的摩托车，也因此摩托车普及率居日本首位，约占百分之四十。



北海道

ほっかいどう

Hokkaidou

ほ
っ
か
い
ど
う

北海道

Hokkaidou

人口约 554 万

北海道面积占日本总面积百分之二十以上,西临日本海,东南濒太平洋,东北滨鄂霍次克海。除了三面环海,道内另有石狩(Ishikari)平野、十胜(Tokachi)平野等大地,以及十三个一级水系、四十八个湖沼。农渔牧发达,粮食自给率在百分之二百以上,可以说是日本的粮食宝库。渔获量占全日本四分之一,马铃薯产量占全日本八成,小麦产量占六成,是日本厨房的大支柱。

「道」是行政单位,日本有一都、一道、二府、四十三县,北海道道厅(Douchou)所在地是札幌市(Sapporoshi),与中国辽宁省沈阳市是友好城市。北海道有许多地名发音均音译自原住民阿伊努(Ainu)人的方言,例如札幌的「幌」,意思是「广大」,「札幌」是「干燥大地」之意;「稚内」(Wakkanai)的「内」代表河川、山谷、沼泽;「登别」(Noboribetsu)、「纹别」(Monbetsu)的「别」均意指河川。北海道士生土长的人被称为「道产子」(Dosanko),北海道所产的马也被称为「道产子」。

* * *



乡土料理：

ジンギスカン (Jingisukan)、石狩鍋 (Ishikarinabe)、ちゃんちゃん焼き (Chanchan-Yaki)。

本地人气料理：

ウニ&イクラ丼 (Uni & Ikuradon)、スープカレー (Su-Pukare-)。

「Jingisukan」写成汉字是「成吉思汗」,但这道料理的发源地是北海道,与蒙古民族毫无任何关系。调理方式是在一种状如帽子的特制铁锅上,放置蘸了调味酱汁的羊肉片和各种蔬菜边烤边吃。「石狩锅」是石狩川渔夫在捕获鲑鱼时,为打发等待捞网的无聊时间而发明出的火锅料理,做法是将整条鲑鱼切成大块,与当地蔬菜、马铃薯、豆腐等一起用昆布高汤炖煮,调味是味噌。

「Chanchan-Yaki」也是鲑鱼料理,但不是火锅,而是用铁板干蒸。做法是先 在铁板涂上奶油,中央搁撒了盐、胡椒的半条鲑鱼,四周放各式各样的蔬菜,最后浇上以酒调好的白味噌,再盖上铝箔纸蒸熟。吃时用筷子把鲑鱼肉和蔬 菜搅合一起,直接从铁板夹菜,这也是著名的渔夫料理之一。

本地人气料理的「Uni & Ikuradon」则是盖饭,白饭上半边是口感黏糊的 海胆,另半边类似西米珍珠的晶莹腌渍鲑鱼子,颜色鲜艳,在观光客中非常吃 香。「Su-Pukare-」是汤咖喱,一般日式咖喱均很浓稠,类似羹,通常直接拌饭吃。 但北海道的汤咖喱则是单独一道汤菜,白饭另外盛在碗内;特色是搭配多种食 材,食材均切得很大块,而且肉类都炖得很软。