

4月14日 火曜日

〈日本の郷土料理〉

福岡県の郷土料理 がめ煮、水炊き、明太子を使った卵焼き

がめ煮とは、いり鶏、筑前煮とも呼ばれていますが、九州地方ではこれの事をがめ煮と呼んでいます。これは、博多弁の「がめくり込む（寄せ集める）」という意味が名前の由来とされていて、戦争時代朝鮮に出兵した兵士が当時、「どぶがめ」と呼ばれていたスッポンとあり合わせの材料を煮込んで食べたのが始まりだと言われています。現在は、スッポンではなく鶏肉が使われているのが普通になっています。正月料理や祝いの席での料理として作られるほど地元では欠かせない料理で、水炊きとともに福岡の郷土料理として有名です。使われる野菜はごぼうやレンコンなどの根野菜が多く、栄養価としては食物繊維が豊富で、また、体を温め、病気になりにくい体を作る効果があります。

一方水炊きも有名で骨付きの鶏肉をぶつ切りにし、うまみをスープに引き出してだしを取り、白菜やネギなどを加えて食べられています。地元ではポン酢醤油などで食べられているようですが、今日はスープとして塩味でこの味を味わってみましょう。

地方の風土に合わせて様々工夫された料理があります。日本全国気候や風土が異なり収穫できる作物なども違います。地元のとれた食材で工夫された料理も学んでいきましょう。

