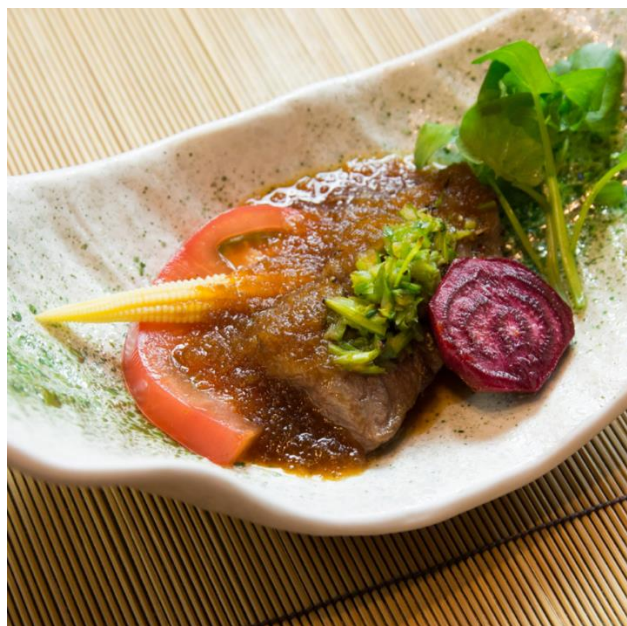




## 飛驒の郷土料理紹介



これらの料理が、日ごろから親しみを持って食べられていてほしいと思います。

写真提供：ハツ三館

紹介した料理はこちらのお店で食べることができます。ぜひ飛驒の味を食べてみてください。

おかずや山本 飛驒市古川町貳之町11-34



ハツ三館 飛驒市向町1丁目8-27



地域課題探究 5班 初田 悠矢 下村 慧  
掛上 彩 上野 綾奈



## 漬物ステーキ

炒められ味噌や醤油で味付けされた漬物は、通常の漬物とはひと味もふた味も違います。香ばしさと甘みが増して食が進みます。各家庭ごとに味付けや炒め具合等それぞれ色々なレシピがあります。



## 姫竹の煮物

飛驒の地域の催事には欠かせない料理で、アクやえぐみが少なく歯ざわりがとても良いので昔から親しまれています。甘みもありとてもご飯に合う一品です。



### 朴葉みそ

朴葉みそとは、枯朴葉の上に味噌をのせ焼いて食べる飛騨の郷土料理です。飛騨の味噌は、基本色は濃い赤みそのような色ですが、塩分は全体に控えて旨味と麴の甘みが特徴です。



### こも豆腐

わらを編んだ「こも」で豆腐を包み、だし汁で煮込んだこも豆腐は、豆腐の表面についたわらの模様が特徴的です。煮込むことで「す」がたち、無数の気泡ができるため、味がしみ込みやすくなっています。



### 山ぶき煮

ふきを柔らかくなる程度に煮て水にさらし、あくをとり、弱火で煮て水分をとばします。お弁当のおかずによく合う一品です。



### 煮たくもじ

冬の間の保存食だった漬物も古漬けとなり、酸っぱくなった漬物を煮た昔ながらのお惣菜です。



### 鮎の粕漬

鮎の粕漬は昔から飛騨古川に伝わる郷土料理「鮎京」です。昔からの保存食品のひとつです。子がいっぱい詰まった鮎を塩漬した後、地元酒蔵の酒粕に半年以上漬け込んでいるものです。



### ぜんまい煮

おせちの定番料理です。縁起担ぎで切らずに、長いまま煮ます。ゆっくりやわらかく煮込むので長くても食べやすく、お弁当のおかずとしても便利です。

