

# 「食の或ふくい」

## ものがたり

### 自然環境に恵まれた食の宝庫

#### 気候

四季がはっきりしていて、一年を通して降水量が多く、冬になるとまとまった積雪があります。福井県は山々に囲まれた地域が多く、春と秋の朝と夜の寒暖(温度)の差が大きいのが特長です。その現象が美味しい農作物を育てると言われています。

#### 風土

本州のほぼ中央部に位置し、西側は日本海、東側は標高1000m以上の山稜が連なる山間部。その間には田園風景が広がります。生産者がさまざまな工夫や努力を重ね、その土地に合った土作りを行うことで農作物に適した土質の土壌が整えられています。

#### 名水

霊峰白山の支脈や福井県を横断する九頭竜川などの水源も豊富で味もまろやか。福井県内には湧き水や地下水が多く、そのどれもが美味しいと定評があります。中でも大野市(県東部)にある名水「御清水(おしょうず)」は、今なお住民の生活用水として親しまれています。



#### 食材

海、山、里を有し、それぞれの幸が豊富な福井県。県内全域ではコシヒカリをはじめとする米栽培が盛んな他、丘陵地ではサツマイモやメロン、スイカ、砂地ではトマトやらっきょう、大野盆地では里芋、三方五湖畔では福井梅などが作られています。また、日本海では越前がに、甘えびを中心に多彩な魚介が水揚げされます。若狭湾内は流れが複雑でいろいろな潮目ができることから、プランクトンが豊富で美味なる魚介類が集まります。湾内では若狭ふぐや若狭牡蠣などの養殖業が盛んです。

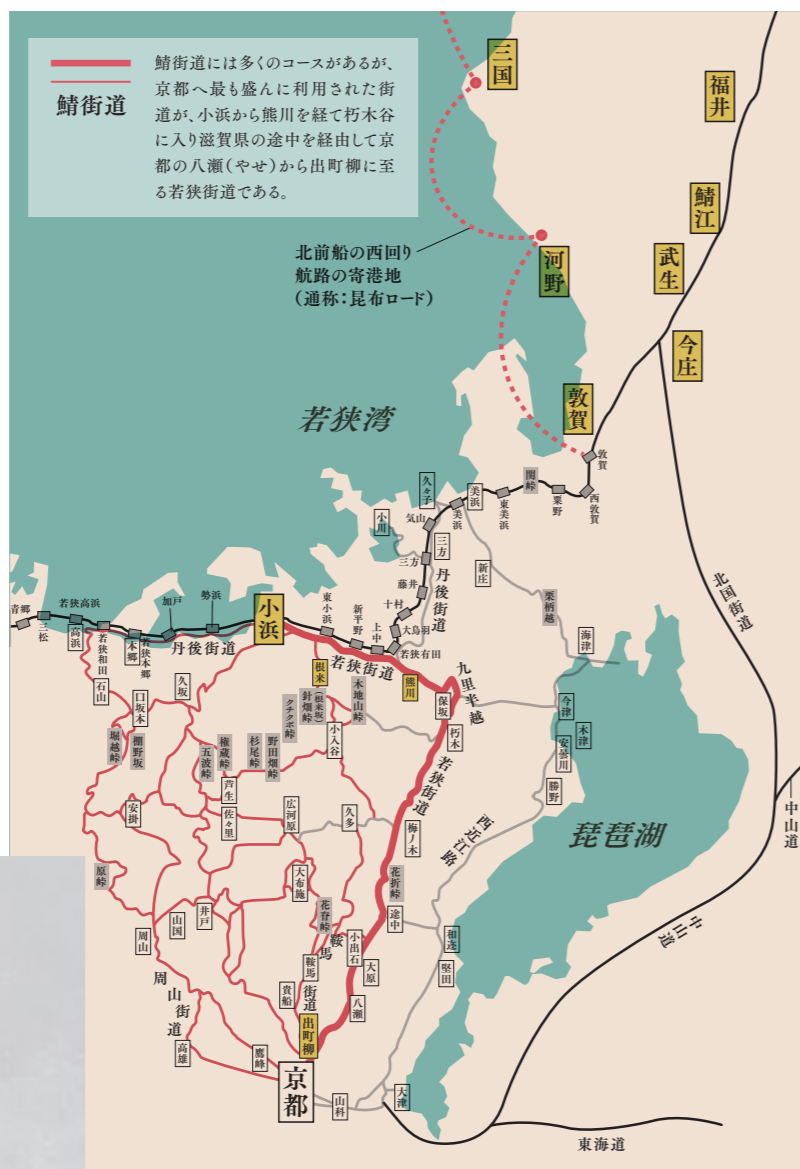


## 都の食文化を支えた「御食國」

みけつくに

### 御食國若狭

若狭は「御食國」と呼ばれ、奈良、京都から日本海側で一番近い湾があるこの地を通して、さまざまな大陸文化が伝えられました。神に供え天皇に捧げる食物「御贄(みにえ)」を供給していた若狭では水揚げされた魚介類は若狭街道(通称:鯖街道)を通り都まで運ばれていました。



### 北前船

江戸から明治時代にかけて三國、敦賀、小浜などは、交易船である北前船の寄港地となり、京の都へ物資を運ぶ中継点としても賑わっていきます。寄港するたびに、北海道や東北をはじめとする全国各地の食材や物資、文化が北前船にいっぱい積み込まれ、次の寄港地へ運ばれたのです。



# 「信仰の國」に伝わる食の教え

## 精進料理

福井県は曹洞宗大本山永平寺や蓮如上人ゆかりの浄土真宗の寺が多く点在している仏教王国です。永平寺では「法食同輪」の考えのもと、食事でも大切な修行としてとらえています。食材を余すことなく調理し、感謝していただくことが食文化として受け継がれています。



## 報恩講料理

親鸞聖人の恩徳を謝す最も重要な行事です。その報恩講の昼食をお齋（おとき）と言い、当番の門徒の方が作った料理を参拝者にふるまいます。お齋は一汁三菜を基本に野菜の煮物や和え物中心の献立。報恩講は心と心の交流と食事の大切さを再確認できる行事なのです。



# 発酵文化が息づく食の國

## くしひ

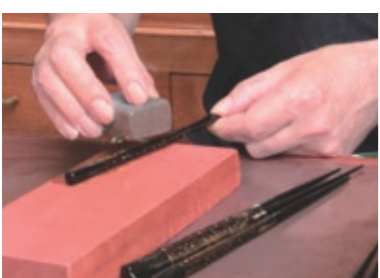
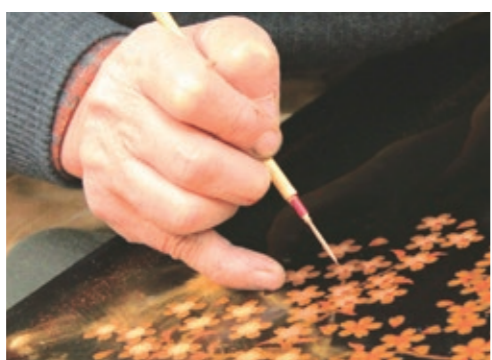
古くから福井県では大量に獲れた食材を加工し保存していました。中でも発酵を活用した保存法、特に魚介の発酵食品がポピュラーです。代表格は鯖を丸ごと糠漬けにしたへしこで、鯖と糠からDHAやタンパク質、食物繊維などの栄養が摂れます。先人の知恵が生んだ逸品は今でも食されている他、最近では和食以外にも使われ、全国からも注目されています。



# 食を彩る伝統工芸品

## 伝統工芸品

福井県には料理を作る道具や盛り付ける器など、昔から食にまつわるものづくりが行われてきました。古の技が光る精巧な作りが素晴らしい逸品は、職人の心意気を感じるものばかり。使うほどに馴染み、いつもの生活に気品や潤いをもたらしてきました。そんな、作る、食べる楽しみを演出する工芸品は次世代へと受け継がれています。



## 日本酒・酢・醤油・味噌

福井県は全国有数の米どころで、コシヒカリの生誕地でもあります。また、白山霊峰の山々から脈々と流れる清らかな名水が県内中から湧き出ており、生活用水としても利用しています。県内では、それらを使った日本酒や酢、醤油、味噌などの発酵食品が数多く造られています。



## はまなみそ

大豆を蒸煮し、炒ったひき割小麦や裸麦、米麹（または培養した麹）を加えて発酵・熟成した冬限定の伝統食です。ナスや紫蘇の実が入った福井特のおかず味噌は、徳川家康が戦時食として開発した「浜なっとう」が元祖。その家康から越前を与えられた結城秀康が越前に広めました。

