

＜ 応募用紙①： 郷土料理魅力PRシート ～あなたのおススメの郷土料理の魅力についてまとめよう！～ ＞

伝えたい郷土料理： 『とろろ汁』

チーム名： COOK MORI

●どここの地域の郷土料理か（※県名は必ず明記ください）

静岡県（主に中部地域）

●食材について（伝統食材など）

自然薯をすりおろし、だし汁と味噌で割ったもので、麦飯にかけて食べる料理。自然薯は、長さ1.5メートル、直径3cmほどの大きさ。本州、四国、九州の山野に自生するが、栽培しているところもある。静岡県内の野生の自然薯は、主に中部地域が産地だが、西部地域、東部地域でも収穫される。

●誰と、どんな時に食べる料理か（行事・季節も含めて）

自然薯の収穫時期が10月～12月なので、秋から冬にかけてよく食べます。芋類なのである程度の貯蔵はできますが、掘り立ての旬の時期が美味しい。秋～冬にかけて直売所やスーパーなどで旬の自然薯、脂がのった鯖が販売され、美味しいとろろ汁を家族で味わいます。正月2日に食べ、1年間の健康を祈る地域もあります。

●その郷土料理がどのように受け継がれてきたのか

郷土料理の由来と現在までの伝承について、文化・栄養・社会的な背景等も踏まえて、ご説明ください（料理として変遷がみられる場合はその説明も入れてください）

『とろろ汁』の歴史は古く、東海道五十三次の20番目の宿場町であった丸子（現在の静岡市駿河区丸子地区）の名物で、栄養価が高くスタミナがつく料理として旅人に人気があったとされる。十返舎一九の小説「東海道中膝栗毛」や歌川広重の浮世絵「東海道五十三次」、松尾芭蕉の俳句「梅若菜 丸子の宿のとろろ汁」にも登場している。家庭料理として作られ、継承されているほか、飲食店でも提供されている。自然薯は、静岡県（主に中部地域）の直売所やネットでも販売されている。



歌川広重の浮世絵「東海道五十三次」



現在の丸子宿「丁字屋」400年以上の歴史があるとろろ汁店

●次世代に伝えていきたいと思う理由・その郷土料理の魅力について自由に記述してください

・各家庭でだしの取り方、味付けは違いますが、我が家のとろろ汁は、生の鯖を水から煮出した「鯖だし」の味噌汁で、すりおろした自然薯をのぼして麦飯にかけていただきます。子ども達がすり鉢をおさえる手伝いをしたり、交代しながらすりこぎですったり家族で楽しく会話しながら、郷土料理のとろろ汁を作りました。美味しく子どもからお年寄りまでみんなに好まれ、とろろ汁を麦ご飯にかければ、栄養たっぷりの料理ができあがります。

・大学生になって名古屋で一人暮らしをして自炊をしていますが、少し涼しくなると実家で食べていたとろろ汁が食べたくなり、スーパーで手軽に購入できる長芋、大和芋でとろろ汁を作ってみました。自然薯より味は劣りますが、鯖だし汁と山芋があれば、簡単に作ることができました。愛知県の友人に聞いてみたところ、とろろ汁を食べる習慣はなく食べたことはなかったですが、一度食べてみたいと言ってくれました。消化も良く、栄養価も高いとろろ汁を大勢の人に知っていただき次世代に継承し、食を通して健康寿命を延ばしていきたいと考えています。現在、私は農学部応用生命科学科で食と健康について学んでいますが、食材の旬や産地、地域独自の食文化や健康的な和食の良さについても知識を深め伝えていきたい。

●参考にした文献やWEBサイトについて、すべてご記載ください

農林水産省”とろろ汁静岡県”<https://www.maff.go.jp> 2024.10.10