

# 味くらべ

## 庄内地方

みそ味

豚肉 庄内産の豚肉は最高級！  
具材の一番の特徴は厚揚げが入ること  
(庄内では油揚げと呼ぶ)

これがいい味だすなやのう～



味付け、具材は、各地方の一般的なものを記載しています。

## 最上地方

庄内と村山に挟まれた位置にあるため  
みそ味としょうゆ味が混在している  
いろいろな種類のきのこが入っている

きのこでヘルシーだしゅ～

## 村山地方

しょうゆ味

牛肉 山形牛、尾花沢牛  
シメはカレーうどんが定番！  
チーズを入れてもGOOD

入れる牛肉に  
よって味がかわる  
べえ～

## 置賜地方

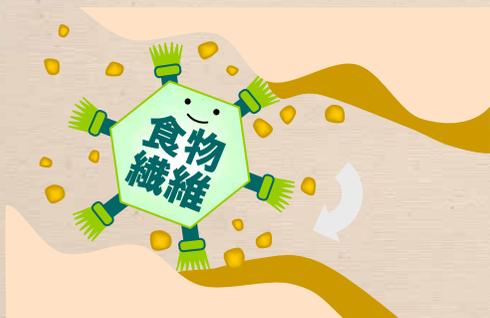
しょうゆ味

牛肉 一番は米沢牛

豆腐が入るのが特徴的 他ににんじん、大根など

具たくさんで栄養満点だごで～

## ヌメリ成分 ガラクタン (食物繊維)



サトイモは、縄文時代に東南アジアから伝わったといわれ、親芋に子芋、孫芋と沢山の芋がつくことから子孫繁栄の象徴として正月料理などによく使われている。

サトイモの特徴であるヌメリの主成分は、ガラクトンという食物繊維の一種で、便秘予防や美容に効果があるほか、免疫力を高め、ガンや潰瘍の予防にも効果があるといわれている。

# やまがたの食



## 山形の秋といえば芋煮だべ

### 県内最大の コミュニケーションツール

山形の秋は「芋煮会」で河原がにぎやかになる。山形県人にとっての芋煮会は、春の花見と同じかそれ以上に必然のものになっている。

この芋煮の発祥は最上川舟運の終点であった山形県中山町にあるといわれている。荷下ろしのための人足を待っている間に、船頭たちが松の木に鍋を吊るして芋煮を食べていたことが起源とされる。

芋煮に牛肉を入れるようになったのは明治初期に米沢に牛肉屋が誕生してからといわれ、その後各地で使われるようになった。その後、県内各地に芋煮が広がっていくが、伝わりながら、その先々の味がアレンジされ、様々に変化していったようだ。具材に土地柄が表れている。

山形県では、新年会・忘年会同様『芋煮会』は必然であり、やらなければ絶対に物足りないもの…でもある。同じ釜の飯ならぬ芋煮鍋をつつくことで、家族や仲間たちと、より絆を深め合う楽しいコミュニケーション手段、それが芋煮会である。