

佐賀の風土や歴史、自然の恵みへの感謝とともに受け継がれてきた郷土料理。四季折々、各地域でとれる食材を使った調理方法が伝えられてきました。

しろいし  
□白石町

すこず  
須古寿し

木箱に寿し飯を敷き詰めて軽く手で押さえ、その上にムツゴロウや奈良漬などをのせた寿しです。500年以上前、白石町須古地区の農民を大切にす領主に、領民が感謝を込めて献上したのが始まりと伝えられています。



(佐賀県観光連盟 提供)



(公益社団法人 佐賀県栄養士会 提供)

□鹿島市

ふなんこぐい

昆布で巻いた鱈をだいこんなどの野菜と一緒に煮込んだものです。鹿島市では、300年以上前から、ふなんこぐいの材料を売る「ふな市」が続いており、二十日正月（1月20日）にえびす様にお供えする風習があります。

□有明海沿岸を  
中心とした地域

ムツゴロウの蒲焼

有明海に生息し、地元ではムツと呼ばれています。おいしい時期は5月～8月頃。干潟が広がる引き潮の時に「むつかけ漁」という伝統的な漁法で捕獲します。素焼きした後、醤油や砂糖などを使って甘辛く炊きます。



(佐賀県観光連盟 提供)

□有田町

ごどうふ  
呉豆腐

呉豆腐は、豆乳に葛やでんぷんを入れて固めます。プリンのようなやわらかい食感があり、法事や祝いのほか、普段の食事でもよく食べられています。



(佐賀県観光連盟 提供)

げんかいなだ  
□玄界灘に注ぐ河川の流域

ツガニ飯

唐津市七山の玉島川でとれるツガニ。旬の季節は、産卵のために玉島川上流から海に向かって下っていく秋から冬です。米と一緒にツガニと醤油や酒、砂糖などを入れて炊き込みます。

(佐賀県観光連盟 提供)



シロウオ

春、産卵のために川をさかのぼる魚で、2月上旬に伝統的な仕掛け「築」を設置して、4月中旬まで漁が行われます。踊り食いやかき揚げにして食べます。

(佐賀県観光連盟 提供)

□県内各地で食べられている地元の料理



のっぺい汁・のっぺ汁

さといもやごぼう、こんにゃくなど具がたくさん入った汁ものです。日常の食事や集まりの時に食べられてきました。祝い事では鶏肉を、結婚式の席では小豆を入れる地域もあります。

(公益社団法人 佐賀県栄養士会 提供)

つんきーだご汁・つんきりだご汁

小麦粉と水を練って麺状にしたり、または手でちぎったり（つんきり）したものに、野菜を入れた素朴な味です。主食がないときの代用品として食べられてきました。たんぱく源としてクジラを入れることもありました。

おちやがい・おちやがゆ

粉茶を袋に入れて煮出したお茶に、米を入れて炊いたお粥で、日常食として食べられてきました。江戸時代から、凶作に備えるなど、米の節約術として始まったと言われています。

調べてみよう!

地元で伝わる料理の名前の由来を調べてみよう。