

新潟県

新潟は食材の宝庫

広大な新潟県

新潟県は全国第5位の面積で、海岸線は離島を含め635km、離島を除いても331.3kmもあります。こんなに広いと当然食文化も多種多様であるとともに、新潟県は海の幸・山の幸と、食をととても楽しむことができます。「米」や「日本酒」が有名ですが、当然地域によって味もすべて異なるので、違いを楽しむこともできます。

米どころ酒どころ

新潟といえば雪のイメージがあると思いますが、その雪解け水は米や酒にとっても重要な資源です。

先日、新潟市から車で1時間程にある五泉市の酒蔵の「初呑み切り」という行事に参加しました。1月の寒の入りの9日目に、愛好家らが雪積る菅名岳に入り、湧き水を背負って下山する「寒九の水汲み」で汲んだ水を使い仕込んだお酒を造っています。

「呑み切り」とは本来は酒蔵の行事で、仕込んだ酒の出来具合を樽の呑み口を切って確かめる、という行事です。このように新潟県に100近くある酒蔵ごとに特徴ある酒造りが行われています。

新潟は食材の宝庫



「寒九の水汲み」



地元の食材 ヒラメ、ナンバンエビ、岩ガキ、枝豆

グルメ自慢として何を挙げようか、考えてふと、地元の食材で自ら作る料理が旨い、と思ったので少しご紹介します。

私の趣味は料理であり、この日も診療前に仕入れに行きました。本日は岩船産ヒラメ、佐渡産ナンバンエビ、上越産岩ガキ、新潟産枝豆などです。ここは産地、破格で手に入ります（ちなみにヒラメ40cm位で500円！）。この日も日本酒とともに

いただきました。

新潟にはこのように海産物だけでなく、牛・豚・鳥、また野菜果物なども豊富です。直売所などが多くあり食堂が併設されているところも多く、見て食べて飲んで、それも安価で楽しむことができます。新潟にお越しの際は、このような楽しみ方もどうぞ。

（大村伸介・94回記）



お酒の違いも楽しんで



日本酒とともに