

石川県の郷土料理の一例

柿の葉寿司

加賀



加賀地域では、庭木の柿の葉を使った「柿の葉ずし」を作る風習があり、秋祭りの定番のごちそうとなっています。柿の葉の上に、すし飯・しめ鯖・桜海老・針生姜・紺のりなどを適量に盛り、すし桶の中に重ねていき、押し蓋、重石をのせて一晩寝かせて作ります。

治部煮

加賀



鴨肉や鶏肉の切身に小麦粉をまぶして、季節の野菜と一緒に出し汁で煮込んだ加賀地方の伝統料理。季節の野菜はセリ、たけのこ、れんこん、しいたけ、百合根などの加賀地方で獲れる野菜を使います。また、加賀特産のすだれ麩も一緒に煮込みます。

すいぜん

能登



すいぜんは、輪島では法事などでよく出てきます。材料はもち米の粉と天草（海藻）で、昔は輪島の海で採れる天草を使って各家庭で作っていました。寒天と違って天草独特の風味があります。

べん漬け

能登



大根やにんじん、なすやみょうがなどの野菜をいしり（いしる）で漬け込んで作る奥能登のお漬物（浅漬け）です。そのまま食べるほか、炭火で炙って少し焦げ目をつけて食べることもあります。

蓮蒸し

金沢



れんこんをすりおろして固めてから蒸し、あんをかけた料理。石川県では、加賀野菜のひとつ「加賀れんこん」を使うのが特徴です。れんこんの風味を損なわないさっぱりとした具（タイやタラなどの白身魚）で、加賀れんこんのもちもち感を生かすよう工夫されています。

なすそうめん

全域



煮干しなどでとっただし汁に切れ目を入れた茄子を入れ、その後そうめんも一緒に煮ます。そうめんは汁を吸ってもったりとした食感となり、歯ごたえはほとんどなく具として食べます。作りたてでも冷やして食べても茄子の味が引き立つ料理です。

この他にも石川にはいろんな郷土料理があります。ぜひ探してみてください。