

## 1. レシピ集作成方針

本レシピ集は山形県の委託事業「平成22年度地域の食材活用推進事業」の一環として企画・設定され、「おいしい山形の食と文化を考える会」が次のような考えの下で作成（編集・監修）しております。

地域には多彩な食と文化を支えてきた在来作物があるが、細々と栽培されてきているのが実情であり、食生活の変化や生産者の高齢化などにより、減少していくことが懸念される。地域の農産物や地域の食文化の保存・継承を図るためには、在来作物を生産する者とそれを料理し、県民に食や文化を届ける料理人とを結びつける取組みが必要である。

更に、将来にわたり地域の豊かな食文化を伝承するためには、次代を担う高校生が生産者や料理人と出会い、在来作物や食文化、郷土料理について学び、食を支える和を世代を超えて広げていくことが必要である。

このことから、生産者が作付けしている農産物や料理人が必要とする農産物の種類及び数量等の情報収集を行い、コーディネートし、地場の食材を料理人が継続的に入手できる仕組みづくりを行うことなど、本県の豊かな農産物の利用拡大や食文化の継承に資することを目的とする。

今回は上記委託事業の中で当会が中心となって開催してきました「食の甲子園」のやまがた大会に応募された県内高校のレシピを素材として使用しました。

## 2. レシピ集利用のためのガイドライン&参考情報

### 2-1 レシピ集の構成とレシピ数

- (1) 食の甲子園やまがた大会のレシピ：総レシピ数=159
- (2) その他のレシピ：総レシピ数=47
- (3) 在来野菜のリスト

### 2-2 食の甲子園やまがた大会のレシピ

- (1) レシピ対象の内訳

表1に応募料理数を示した。食の甲子園やまがた大会に寄せられた料理は、合計559であったが、中には作り方が書かれていない料理があり、それらを除いてレシピとして整理した総レシピ数は159となった。

- (2) 料理の分類

#### ① 加熱操作の分類

高校生の考えた料理の加熱操作、料理区分、調理様式をそれぞれ分類した。

加熱操作と加熱操作数の結果を、表2-1、2に示した。最も加熱操作として使用されていたのは「煮る」の51.8%で、続いて「ゆでる」の40.8%であった。それに対し、低かったのは「電子レンジ加熱」と「蒸す」で、それぞれ5.1%と8.1%であった。

表1 応募料理数

食の甲子園やまがた大会	料理数	有効数
第1回	116	114
第2回	130	123
第3回	148	147
第4回	105	102
第5回	60	60
合計	559	546

表2-1 料理中の加熱操作活用数（加熱操作別）

加熱操作	料理数	%
煮る	283	51.8
ゆでる	223	40.8
焼く	128	23.4
炒める	111	20.3
揚げる	74	13.6
炊く	70	12.8
蒸す	44	8.1
電子レンジ	28	5.1
加熱操作なし	15	2.7

表2-2 料理中の加熱操作数

加熱操作数	料理数	%
0	22	4
1	214	39.2
2	204	37.4
3	92	16.8
4	13	2.4
5	1	0.2
合計	546	100

㊦ 料理区分

料理区分は、表2-3に示した通り、主菜が36.0%と最も高く、続いて主食24.2%、副菜21.6%であった。低かったのはその他の18.2%であり、その他の内訳を表2-4に示した。その他の中ではデザートが約7割を占めた。

㊧ 料理様式の分類

料理の様式は一般的に和食・洋食・中華という三様式が知られている。しかし、近年では洋食の中でも国別の料理（スペイン、イタリア、ロシアなど）やアジアの国々の料理（タイ、ベトナムなど）のように、この三様式分類できない料理もある。よって、それらを「和洋折衷料理」と「和中華折衷料理」と分類することにする。

料理様式の結果は表2-3に示したとおりである。和食が64.6%と最も高く、続いて和洋折衷料理となった。

表2-3 料理区分の結果表

料理区分	料理数	%
主菜	201	36
主食	135	24.2
副菜	121	21.6
その他	102	18.2
計	559	100

表2-4 「その他」の内訳

料理区分	料理数	%
デザート	71	69.6
汁物	28	27.5
飲物	3	2.9
計	102	100

表2-5 料理様式の結果

料理様式	料理数	%
和食	361	64.6
和洋折衷料理	142	25.4
洋食	26	4.7
和中華折衷料理	16	2.9
中華料理	11	2
その他	3	0.5
計	559	100

(3) 県内産品と応募料理の使用食材と比較

(a) 山形全地区の使用食材の傾向

応募料理における使用食材を集計し、食材使用率を算出した。食材使用率は食材がいくつの料理に使用されているかを算出し、ランキングにしたものである。例として、表3-1でニンジンを取り上げると全料理数559の中で、120の料理にニンジンが使用されているので、ニンジンの使用率は20%となる。

他の食材も同様に使用率を算出し、使用率の高い順に並べ表3-1にランキングで示した。また、特産品の使用率が分かるように、特産品を網掛け(※)にした。

※全地区で共通の特産品：a 3地区で共通の特産品：a 2地区で共通の特産品：a

表3-1 山形全域の食材使用率の結果(ランキング)

順位	食材名(料理数559)	使用数(%)
1	きのこ(しいたけ63, しめじ39, 舞茸34, なめこ19, えのき12, マッシュルーム9, エリンギ7, キノコ5, なめたけ4, キクラゲ3)	195(32.6)
2	にんじん	120(20.0)
3	米	92(15.4)
4	ねぎ(赤ねぎ6)	79(13.2)
5	枝豆(だだちゃ37, うち豆4, 秘伝豆1, ずんだ1, じんだん1)	74(12.4)
6	卵	72(12.0)
7	玉ねぎ	68(11.4)
8	山菜(わらび16, ふき17, ぜんまい10, こごみ7, 山菜6, うど3, タラの芽3, うるい2, ふきのとう2)	66(11.0)
9	豚肉	55(9.2)
10	鶏肉	51(8.5)
11	たけのこ	47(7.8)
12	里芋(悪戸芋2)	46(7.7)
13	豆腐, トマト(トマト20, トマト缶11, ミニトマト10)	45(7.5)
14	油揚げ	44(7.3)
15	ごぼう, 大葉	42(7.0)
16	ゴマ	41(6.8)
17	菊(もつてのほか24), 牛乳	40(6.7)
18	牛肉, きゅうり	37(6.2)
19	麩, こんにやく	36(6.0)
20	かぼちゃ(蔵王22)	33(5.5)
21	しょうが	32(5.3)
22	なす, 納豆	29(4.8)
23	もち米	27(4.5)

24	大根 (カイワレ3)	26 (4.3)
25	生クリーム	24 (4.0)
26	そば (そば5, そば粉18)	23 (3.8)
27	みょうが	22 (3.7)
28	寒天	21 (3.5)
29	えび, チーズ	20 (3.3)
30	ほうれん草 (赤根6), バター	19 (3.2)
31	合いびき肉	18 (3.0)
32	薄力粉, ベーコン, じゃがいも, みそ, オクラ	17 (2.8)
33	カブ (温海3), 梅, 三つ葉	16 (2.7)
34	にんにく, くるみ	15 (2.5)
35	おかひじき, あんこ, だんご粉, 白滝	14 (2.3)
36	ピーマン, パプリカ, うこぎ, 山芋	13 (2.2)
37	りんご, アスパラ, さやいんげん, きゃべつ, 海苔,	12 (2.0)
38	白菜, さつまいも	11 (1.8)
39	もやし (もやし7, 豆もやし3)	10 (1.7)
40	マス, 紅花	9 (1.5)
41	栗 (シロップ1), ラフランス, とうもろこし, わさび, そうめん, レタス	8 (1.3)
42	さやえんどう, 春巻き皮, ギョーザ皮, 鯉 (甘露煮1), 桃, 上新粉, 唐辛子	7 (1.2)
43	あけび, ブドウ, ブロッコリー, れんこん, 鮭, かんぴょう, パスタ	6 (1.0)
44	スイカ, パセリ, モロヘイヤ, アジ, イカ, かまぼこ, 春雨, わかめ, ロースハム, 青菜 (青菜1, 青菜漬け4)	5 (0.8)
45	柿, 桜, ゆり根, 強力粉, クリームチーズ, 昆布, さんま, ひじき, 厚揚げ, いもがら, うどん, 黒米, マカロニ, きな粉, ゼラチン, 水菜, ぐず粉, ホタテ, ライスペーパー (生春巻き皮), さくらんぼ, 小豆	4 (0.7)
46	天ぷら粉, 酒粕, 神代豆, まぐろ, にしん, おから, 高菜漬け (高菜1, 高菜漬け2), ゆず, よもぎ, ひょう, 生ハム, 小松菜, かに (山ガニ1), 馬肉, アイスクリーム, 凍み豆腐, 梨, レモン	3 (0.5)
47	いちご, じゅんさい, マヨネーズ, べろべろもち, おみ漬, タラ, いわし, ハタハタ, シラス干し, サザエ, くじら, ちくわ高きび, いんげん (甘煮1), 大豆 (大豆1, 紅大豆1), 黒豆, パイ生地, すいとん粉, 大根菜, スッキーニ, キムチ, でんぶ, パイナップル, セロリ, グリーンピース, アーモンド, 赤ワイン, にら	2 (0.3)
48	ブルーベリー, アユ, 岩魚, 麦, 五穀, 雑穀米, 麻の実, おから粉, ホットケーキミックス, 中力粉, 縮れ麺, お好み焼き粉, ワンタン皮, 重曹, 道明寺粉, サンチュ, 桑の葉, つるむらさき, オレンジ, ながささぎ, ゆば, コンデンスミルク, 豆乳, 海藻, はちみつ, しそ巻き, 鷹の爪, みずぼんぼ, 菜の花, ヤーコン, 食パン, いなり, ケチャップ, ひろこ, 銀杏, ぬたあん, 赤ごめ, 黒砂糖, ジャスミン茶, 白菜漬け, ヨーグルト, ピラフ, ラザニア, カブの葉, からとり芋, とびたけ, 春菊, ブルーン, キウイ, めかぶ, きな粉, レバー, ウィンナー, カレールー, メープルシロップ, ドライフルーツ, ホワイトチョコ, 抹茶, たらこ, いくら, プリ, ちりめんじゃこ, トビウオ, ヤマメ, タコ, 明太子, はんぺん, ハマグリ, 穴子, うなぎ, あさり, 田作り, 青魚, カキ, ツナ, カジカ	1 (0.2)

☒(b) 各地区別使用食材の傾向

応募料理における使用食材を地区ごとに集計し、食材使用率を算出した。食材使用率は「(2)全地区の使用食材の特徴」と同様、食材がいくつの料理に使用されているかを算出し、結果を各地区でランキングにしたものである。

表3-2-1、2、3、4に県内4地区それぞれの結果を示した。また、特産品の使用率が分かるように、特産品を網掛けにした。特産品は、公的HPに掲載されている各地区の特産品である。

さらに、食材使用率の結果の中から特産品を抜き出し、特産品の使用率を図1、2、3、4で表した。

以下に地区ごとに結果を考察していく。

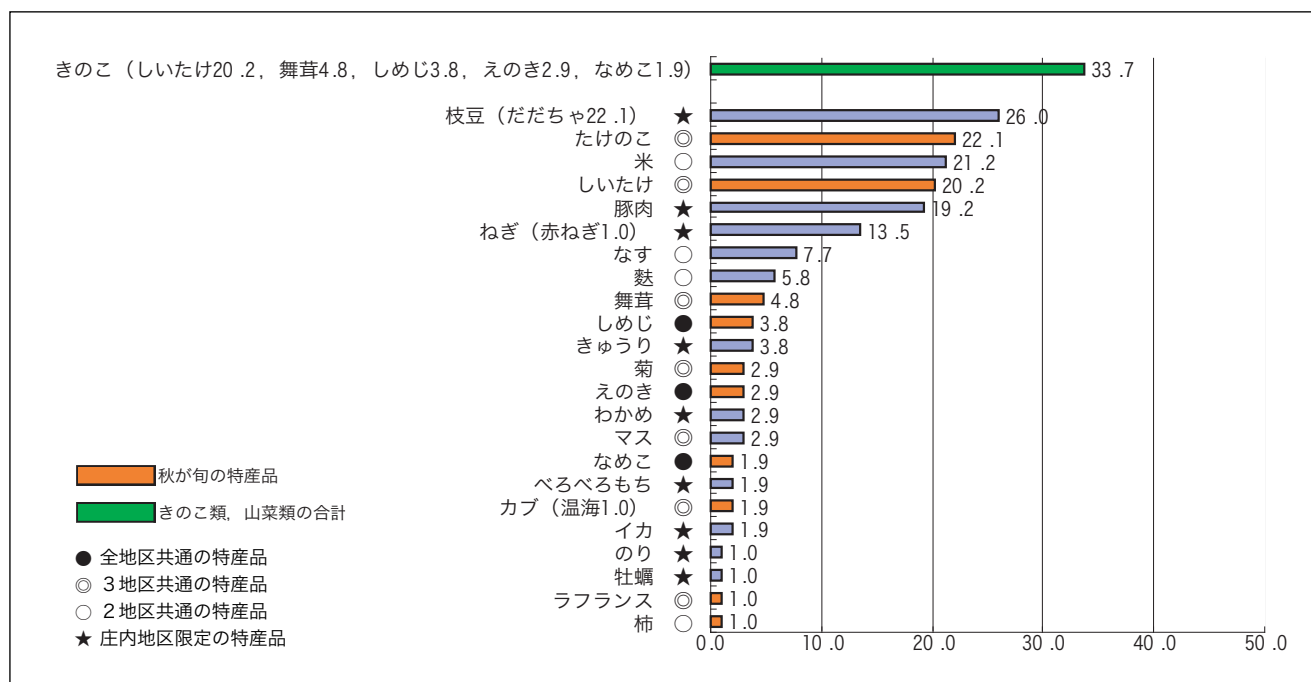
① 庄内地区の傾向

庄内地区の特産品では、枝豆、たけのこ、豚肉、ねぎが他の地区に対し使用率が高いのが特徴である。

表3-2-1 庄内地区の食材使用率

順位	食材名 (料理数 104 )	使用数 (%)
1	きのこ (しいたけ21, 舞茸5, しめじ4, えのき3, なめこ2, キクラゲ2, エリンギ2, なめたけ2)	41 (39.8)
2	にんじん	36 (35.0)
3	枝豆 (だだちゃ23)	27 (26.2)
4	たけのこ	23 (22.3)
5	米	22 (21.4)
6	豚肉	20 (19.4)
7	ねぎ (赤ねぎ1)	14 (13.6)
8	油揚げ, 卵, しそ, ごぼう	12 (11.7)
9	しょうが	10 (9.7)
10	牛乳, キャベツ	9 (8.7)
11	なす, 玉ねぎ	8 (7.8)
12	大根, もち米, 鶏肉	7 (6.8)
13	麩, 豆腐, 三つ葉	6 (5.8)
14	チーズ, かぼちゃ, 寒天, ゴマ, 白滝, オクラ, とうもろこし, トマト (ミニトマト2)	5 (4.9)
15	きゅうり, ピーマン, 生クリーム, バター, 梅, エビ, 納豆, みょうが	4 (3.9)
16	マス, わかめ, 菊, 小麦粉, だんご粉, 山菜 (山菜1, たらふの芽1, ぜんまい1), サンマ, 酒粕, そば (そば粉2), 春巻き皮, 山芋, さつまいも, 厚揚げ, じゃがいも	3 (2.9)
17	イカ, カブ (温海1), べるべるもち, パスタ, 春雨, そうめん, よもぎ, ほうれん草, 里芋, ブロッコリー, アジ,	2 (1.9)
18	柿, ラフランス, カキ, 海苔, うどん, 中力粉, 麦, 天ぷら粉, くず粉, 強力粉, 水菜, 白菜, 小松菜, モロヘイヤ, レタス, もやし, 菜の花, スイカ, アセロラ, アスパラ, ヤーコン, いちご, さやいんげん, 銀杏, 小豆, こんにゃく, おから, めかぶ, 合いびき肉, アイス, 桃, 桜, 赤こごめ, サザエ, ベーコン, ロースハム, かまぼこ, ちくわ, 生ハム, ちりめんじゃこ, 黒砂糖, くるみ, ひじき	1 (1.0)

図1 庄内地区における特産品の使用率



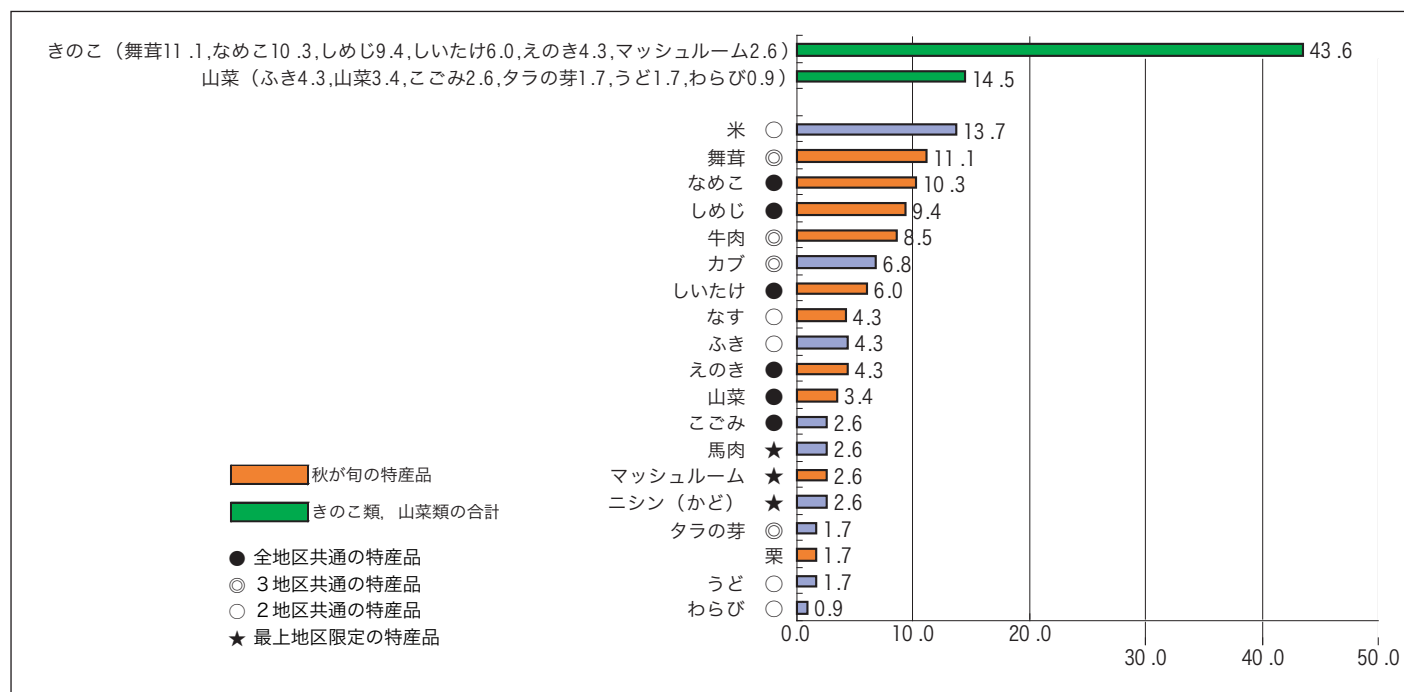
㊦ 最上地区の傾向

最上地区は、きのこ類、山菜の使用率が高いのが特徴である。

表3-2-2 最上地区の食材使用率

順位	食材名(料理数 117)	使用数(%)
1	きのこ(舞茸13, なめこ12, しめじ11, しいたけ7, えのき5, マッシュルーム3, エリンギ3, キクラゲ1, なめたけ1)	56 (47.9)
2	にんじん	28 (23.9)
3	山菜(ぜんまい6, ふき5, 山菜4, こごみ3, タラの芽2, うど2, ふきのとう2, わらび1)	25 (21.4)
4	油揚げ, ねぎ	18 (15.4)
5	里芋	17 (14.5)
6	米, 卵	16 (13.7)
7	鶏肉	15 (12.8)
8	トマト(トマト缶4, ミニトマト2), 豆腐	13 (11.1)
9	玉ねぎ, 大根	12 (10.3)
10	チーズ, 枝豆(だだちゃ3)	11 (9.4)
11	牛肉, しそ(大葉), 納豆, 牛乳, こんにゃく	10 (8.5)
12	そば(そば粉6), コマ	9 (7.7)
13	カブ, わさび, 味噌	8 (6.8)
14	かぼちゃ(蔵王6)	7 (6.0)
15	じゃがいも, ごぼう	6 (5.1)
16	なす, 白滝(糸こんにゃく), パプリカ, 生クリーム, きゅうり, ベーコン, 合いびき肉, もち米	5 (4.3)
17	だんご粉, くるみ, ギョーザ皮, あんこ	4 (3.4)
18	ニシン(かど), 馬肉, もってのほか, ほうれん草, パイ生地, バター, れんこん, 梅, 天ぷら粉, とうもろこし, きな粉, もやし, 白菜, 麩, アスパラ, 上新粉	3 (2.6)
19	栗, 鮭, ペソラ漬け, さやいんげん, 春巻き皮, 海苔, 豚肉, うどん, 寒天, 小麦粉, いんげん(甘煮), パスタ, ピーマン, みょうが, エビ, さつまいも, でんぷ, 三つ葉, セロリ, にんにく(最上赤1), カニ(山がに1)	2 (0.9)
20	しそ巻き, おから粉, ぐず粉, お好み焼き粉, ホットケーキミックス, カイワレ, オクラ, いもがら, スッキーニ, ブロッコリー, グリーンピース, 紅花, アーモンド, ツナ, レモン, レタス, サンチュ, 水菜, 山芋, しょうが, 湯葉, 青菜(漬け), ハタハタ, しらす干し, かまぼこ, 生ハム, しそ巻き, みずぼんぼ, かんぴょう, くじら, かじか, ひろこ, ライスペーパー, 食パン, ラザニア, カブ葉, 柚子, 豆乳, いなり, マヨネーズ, ケチャップ, 酒粕, 桃, さくらんぼ, りんご, パイナップル	1 (0.9)

図2 最上地区における特産品の使用率



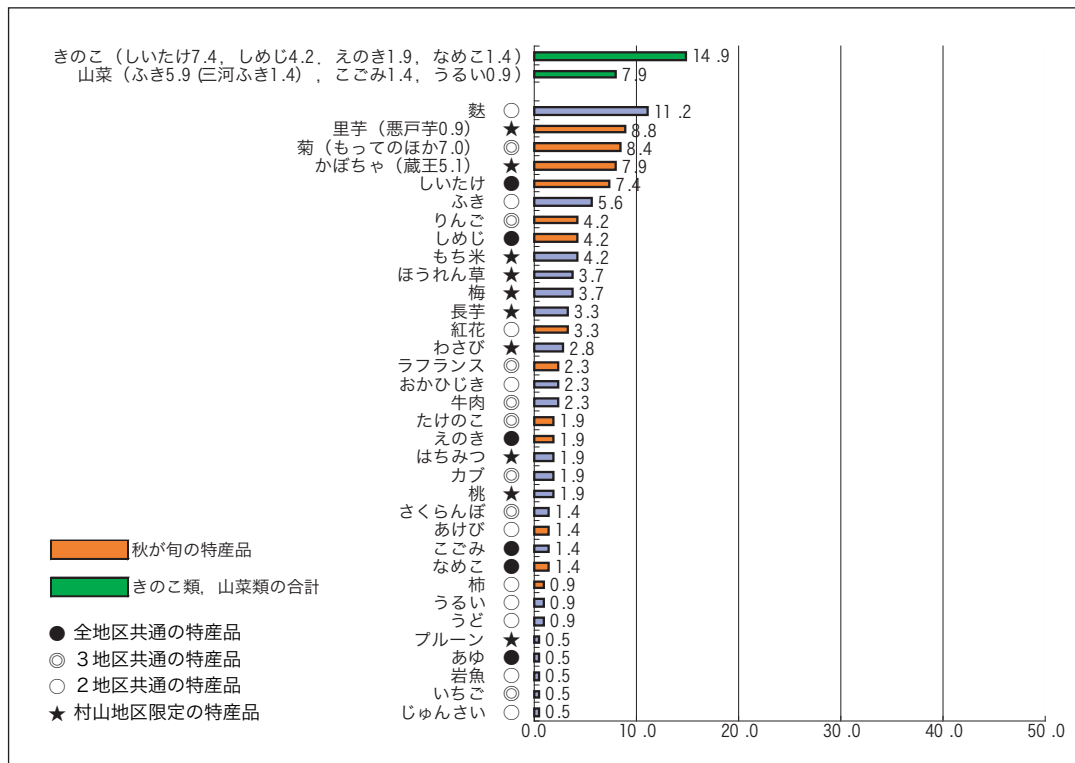
③ 村山地区の傾向

村山地区では、麩、里芋、菊、かぼちゃの使用率が他の地区に対し高いのが特徴である。

表3-2-3 村山地区の食材使用率

順位	食材名(料理数 215)	使用数(%)
1	きのこ(しいたけ16, 舞茸9, しめじ9, えのき4, マッシュルーム4, なめこ3, きのこと2, なめたけ1, エリンギ1)	48 (22.3)
2	卵	33 (15.3)
3	玉ねぎ	29 (13.5)
4	にんじん	28 (13.0)
5	ねぎ	26 (12.1)
6	麩	24 (11.2)
7	豚肉, 山菜(ふき12(三河ふき3), わらび4, こごみ3, ぜんまい2, うるい2)	23 (10.7)
8	鶏肉, トマト(トマト缶6, ミニトマト2)	20 (9.3)
9	里芋(悪戸芋2)	19 (8.8)
10	菊(もってのほか15), 枝豆(だだちゃ7, うち豆1, 神代1)	18 (8.4)
11	かぼちゃ(蔵王かぼちゃ11), 米	17 (7.9)
12	牛乳	15 (7.0)
13	チーズ	14 (6.5)
14	ゴマ, みょうが	12 (5.6)
15	生クリーム, そば(そば粉10), こんにゃく, 小麦粉, きゅうり, なす	11 (5.1)
16	しょうが, にんにく, 大根, 寒天	10 (4.7)
17	もち米, りんご, もやし(豆もやし1)	9 (4.2)
18	梅, ほうれん草, 豆腐, あんこ, ごぼう, オクラ	8 (3.7)
19	紅花, 長芋, 納豆, バター, 合いびき肉, しそ, ベーコン, 青菜(青菜漬け6)	7 (3.3)
20	わさび, ます, じゃがいも, 味噌, キャベツ, ピーマン, だんご粉	6 (2.8)
21	牛肉, おかひじき, ラフランス, 三つ葉, パプリカ, アスパラ	5 (2.3)
22	桃, カブ, はちみつ, たけのこ, くるみ, えび, さつまいも, さやいんげん, 白菜, そうめん, ロースハム, 栗, 油揚げ	4 (1.9)
23	あけび, さくらんぼ, マカロニ, ギョーザ皮, コイ, さやえんどう, かんぴょう, サケ, レタス	3 (1.4)
24	ぶどう, 柿, おみ漬, ぐず粉, たらこ(明太子1), 春巻き皮, うこぎ, パイ, 強力粉, ゆり根, ブロッコリー, かにかまぼこ, 上新粉, ライスペーパー, 昆布, イワシ, クリームチーズ, 水菜, なら, 梨, 小豆, ゼラチン	2 (0.9)
25	じゅんさい, いちご, アユ, プルーン, 岩魚, 胚芽入り食パン, 春雨, カイワレ大根, からとり芋, モロヘイヤ, グリーンピース, 豆乳, 秋刀魚, ホタテ, ジャスミン, 高菜漬け, 白菜漬け, 柚子, コンデンスミルク, かまぼこ, はんぺん, はまぐり, ウィンナー, ひょう, れんこん, レモン, 桜, よもぎ, アーモンド, セロリ, キウイ, レバーカレールー, ドライフルーツ, ホワイトチョコ, 黒米, パスタ, うどん, すいとん粉, 唐辛子, 鷹の爪, 重曹, ひじき, イカ, 神代豆, アジ, タラ, トビウオ, まぐろ, いくら, ぬたあん, ピラフ, いもがら, 厚揚げ, 凍み豆腐, エリンギ, ヨーグルト, 穴子, うなぎ, 生ハム, マヨネーズ, 田作り, わかめ, 青魚, かに, サザエ, ワンタン皮, 縮れ麺, 道明寺粉, ズッキーニ, ながささぎ, つるむらさき, 桑の葉, おから, 桜	1 (0.5)

図3 村山地区における特産品の使用率





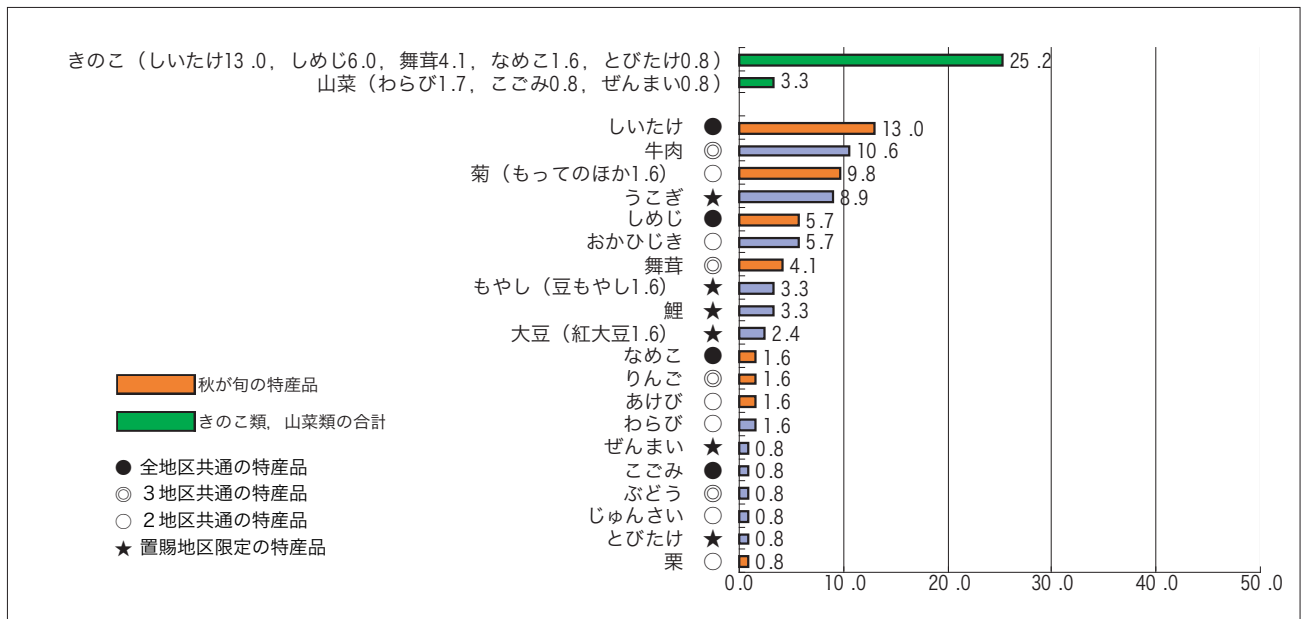
④ 置賜地区の傾向

置賜地区では、特産品として牛肉、うこぎ、おかひじきの使用率が他の地区と比べ高いのが特徴である。

表3-2-4 置賜地区の食材使用率

順位	食材名(料理数 123)	使用数(%)
1	きのこ(しいたけ16, しめじ7, 舞茸5, キノコ2, マッシュルーム2, なめこ2, エリンギ1, えのき1)	36 (29.3)
2	にんじん	27 (22.0)
3	米	21 (17.1)
4	豆腐, ねぎ, こんにゃく(凍み1), 枝豆(だだちゃ3, うち豆3, 秘伝豆2)	15 (12.2)
5	牛肉, 玉ねぎ	13 (10.6)
6	菊(もってのほか2)	12 (9.8)
7	うこぎ, ごぼう, ゴマ	11 (8.9)
8	大葉, きゅうり, 鶏肉	10 (8.1)
9	なす, 卵, トマト(ミニトマト4, トマト缶1)	9 (7.3)
10	じゃがいも, 油揚げ, 里芋	8 (6.5)
11	おかひじき, 豚肉, しょうが	7 (5.7)
12	山菜(わらび2, こごみ1, ぜんまい1, うど1), くるみ, 大根, 唐辛子, もち米	6 (4.9)
13	かぼちゃ(蔵王3), チーズ, 小麦粉, さやいんげん, たけのこ, 牛乳, バター, 納豆, 寒天, 麩	5 (4.1)
14	もやし(豆もやし2), コイ(甘露煮1), ほうれん草(赤根1), さつまいも, 白滝, もってのほか, ベーコン, みょうが	4 (3.3)
15	大豆(紅大豆2), アスパラ, 三つ葉, さやえんどう, 生クリーム, キャベツ, 合いびき肉, レタス, 凍み豆腐, オクラ, ホタテ	3 (2.4)
16	あけび, リンゴ(館山1), 高きび, いもがら, ひじき, 味噌, そうめん, カブ, ひょう, 高菜(高菜漬け1), キムチ, 大根菜, パプリカ, モロヘイヤ, ラフランス, 上新粉, 山芋, 小松菜, わさび, きなこ, にんにく, れんこん	2 (1.6)
17	栗, とびたけ, じゅんさい, ぶどう, 雑穀米, 強力粉, だんご粉, ゆり根, ブロッコリー, パイナップル, 桃, あんこ, しらす干し, ハチミツ, ライスペーパー, パスタ, かんぴょう, 春菊, 昆布, くじら, アジ, ちくわ, 梅, 抹茶, ゼラチン, そば粉, 五穀, 麻の実, すいとん粉, ビーマン, 水菜, 白菜, レモン, オレンジ, 柿, 小豆, 黒豆, 桜, 海苔, わかめ, えび, イカ, ニシン, プリ, サケ, やまめ, レバー, アイスクリューム, 赤ワイン	1 (0.8)

図4 置賜地区における特産品の使用率



#### ☒(4) 県内産品及び郷土料理の活用状況

県内産品や郷土料理は、高校生の調理法にどのように活用されているのかを各地区の特産品及び郷土料理と比較検討した。郷土料理は参考文献を整理し、比較対象とした。

その結果、高校生の特産品・郷土料理の使用の仕方の概観としては次の4つに分類することができた。

郷土料理をそのまま採用した料理

(そのまま採用された郷土料理数68、料理数128(22.9%))

郷土料理を一部アレンジ料理

(アレンジされた郷土料理数21、料理数72(12.9%))

特産品を用いた創作料理

(使用された特産品43、料理数170(30.4%))

その他の料理

(上記に特定できない料理数189(33.8%))

#### 2-3 その他のレシピ

山形県の委託事業「平成22年度地域の食材活用推進事業」のその他の業務を通して入手した料理のレシピをここに編集・監修して纏めた。

#### 2-4 在来野菜のリスト

2-3と同様にして入手した在来野菜についてもここに編集・監修して纏めた。

### 3. 編集・監修後記

本レシピ集の編集・監修に際しては山形大学地域教育文化学部高木直教授からご協力をいただきました。

特に、上記2-2項の「食の甲子園やまがた大会」の記述では高木先生の了解をいただいて、同学部食環境デザインコースの鈴木七美さんの研究レポートを参考にさせていただくと共に一部分の引用をさせていただいております。

この場をお借りしてお礼申し上げます。

また、その他の関係機関からも情報の提供など多くの協力をいただいておりますこと付記し、お礼に代えさせていただきます。



## 庄内地域

☒酒井氏が幕末まで治めた庄内。藩内の酒田港は、当時の経済の大動脈であった西回りの航路の拠点である。庄内には、言葉にも残るように、上方、特に京文化の影響が色濃くある。それは、日本海航路を通じて京文化が海からもたらされたからだ。その影響は、丸餅を使った上方風の雑煮など、料理にも表われている。

<在来作物>

### 萬吉なす（なす）【鶴岡市湯田川】

鶴岡市湯田川でたった一軒の農家、小田家に門外不出で代々受け継がれてきた。名前がなかったが、この家の屋号から命名された。普通の茄子より大きいのが特徴。平均的サイズは、高さ15cm、幅10cm前後。生長しても実の中にほとんど種がない。アク抜きが必要がなく使い勝手が良い。

### 田川かぶ（かぶ）【鶴岡市田川地区ほか】

鶴岡市田川地区を中心に栽培されている。温海かぶより皮が厚く、形は扁平、紫色が濃いという特徴がある。当地区の赤かぶ栽培は明治34年に始まった。当初は種子を温海地区から購入していたが、生産者が自家採種を行いながら選抜してきた。焼畑による栽培。

### 民田なす（なす）【鶴岡市とその周辺】

鶴岡市民田地区が特産地である。江戸時代初期から栽培されていたようである。早生系の丸なすで葉が小ぶりで草丈がやや低い。皮が硬いが果肉のしまりがよいため歯ざわりがよい。漬物用として利用される。芭蕉が「めずらしさや山を出羽の初なすび」と呼んだなすは民田なすと言われている。

### 外内島きゅうり（きゅうり）【鶴岡市外内島地区】

その昔、出羽三山に向かう弘法大師が、このきゅうりでのどの渴きをいやしたという言い伝えから、まぼろしのきゅうりと呼ばれている。長楕円の半白系のきゅうりで果皮の半分は白い品種である。イボは黒イボで密度は低い。果肉が厚く、歯ざわりが良い。果梗付近にやや苦味がある。成熟すると尻や肩部から褐変しやすい。

### 早田うり（うり）【鶴岡市早田地区】

大正時代北海道の松前から導入されたウリと地元の銀マクワと交雑してできた品種と言われている。現在は、早田と大岩川地区で栽培されている。果実は8～10cmほどの球形で果皮色は灰白色で細くて浅い10本の果溝が入る。果肉は繊維質～粘質であり、糖度は10度前後でそれほど高くない。なお、心皮の数は他のウリが3心皮であるのに対し、早田ウリは5心皮で非常に珍しい。

### だだちゃ豆（えだまめ）【旧鶴岡市全域】

夏ダイズ型に分類される。胚軸は緑色で白花の系統が多い。莢表面のうぶ毛は茶色、くびれが深く、2粒莢が多い。種子色は褐色で、形は丸～扁楕円形、品種により皺がよるものがある。一般的なえだまめと比べ、特有の香りがあり、糖含量（1.5～2倍）、アミノ酸含量（2～8倍）が高く、食味がよい。だだちゃまめの直接の祖先といわれる品種（八里半豆）は遅くとも江戸の末期には栽培されていた可能性がある。一般的に知られているのは最も食味が良い「白山だだちゃ」等であるが、多くの系統があり、それぞれ特性が異なる。「だだちゃ豆生産者連絡協議会」では系統を10種類（甘露、早生白山、白山、晩生甘露、尾浦、庄内1号、庄内3号、庄内5号、小真木、平田）と定めている。「だだちゃ」の商標使用は同協議会員のみ可能。

### 温海かぶ（かぶ）【庄内全域】

温海町の一霞地区では400年来、昔ながらの焼畑自然農法で作られている。根部外皮は肥大に伴って地上部に露出し、鮮やかな暗紫色に着色する。内部は白色で皮は薄い。肉質は緻密でやや硬く甘みがある。庄内全域で栽培見られるが、温海かぶの名称が使用できるのは温海地域のみ。

### 宝谷かぶ（かぶ）【鶴岡市宝谷地区】

来歴は不明。焼畑で作られてきたかぶ。100年以上前から作られている。宝谷地区では代々炭焼きが盛んであり、炭焼き用に伐採した土地で焼畑を行い、宝谷かぶを植えていた。作付は宝谷地区に限られ、周辺地域には類似品種は見られない。青首の長かぶ。根の直径4～5cm、長さ20～25cmの牛角形。肉質硬く、やや繊維質。作付けは旧樺引町宝谷地区に限られ、周辺地域に類似品種は見られない。焼畑栽培の青首の長かぶ。根の直径4～5cm、長さ20～25cmの牛角形。肉質硬く、やや繊維質。

### 藤沢かぶ（かぶ）【鶴岡市藤沢地区】

来歴は不明だが「とうげのやま」「とうげかぶ」と呼ばれていたことから温海の峠ノ山から嫁が持ち込んだと言い伝えられている。鶴岡市の藤沢地区で栽培されている。長さ10～13cm、直径2～3.5cmほどの長かぶで抽根部は紫赤色で、土中にある部分は白色。内部は白色。肉質はパリッとした歯ごたえがあり、漬物に適する。皮が薄く、上品な甘みと辛味を持つ。

### 野良だいこん（だいこん）【鶴岡市藤島地区】

昭和60年代から在来の野良だいこんで栽培が始まった。平成3年に「ピリカリ」の商標登録。根長20cm、根径10cm、根重200～600g。は種から収穫まで約60日を要する。肉質は緻密で繊維質である。ひげ根が多い。ほかの辛味だいこんと比較して、おろした後も辛味が長持ちする。

### 小真木だいこん（だいこん）【鶴岡市小真木地区とその周辺】

来歴は明らかでないが、鶴岡市小真木地区で1800年代初期に栽培が定着。白首だいこんで長さ25～35cm、直径6～7cm（首部は4cm前後）。肉質硬く、す入りは極めて少ない。生では辛味だいこんとして、乾燥品は「ハリハリ漬け」用として加工業者等に出荷されている。

## 庄内地域

### からとりいも（さといも）【庄内各地】

来歴は不明であるが、江戸時代の文献に栽培の記録がある。青茎系（鮑海地域）と赤茎系（田川地域）がある。以前は苗代での栽培が中心であったが、近年は畑地での栽培が多い。葉柄といもが食される。いもは主に親いもが出荷されるが、子いもも着生は少ないが美味である。葉柄は生茎、剥き茎、剥き茎の乾燥品（干し茎、いもがらともいう）で出荷されている。葉柄には、「あく」（シュウ酸カルシウム）があり、酢をいれてさっとゆでて「あく」をぬいてから調理する。葉柄の皮を剥き、農家の軒先で干されて乾燥させてつくる「いもがら」は、正月の雑煮、納豆汁などに欠かせないものとなっている。

### 酒田きゅうり（きゅうり）【酒田市亀ヶ崎地区】

シベリア系ピクルス型品種で黒いぼ。江戸時代から栽培されている。果実は短い楕円形で緑色はあまり濃くなく先端は白色に近い。生食では独特の苦味があるが、漬物としては形状・肉質とも良好である。ピクルス用は 5cm、15g 程度で収穫。

### 平田赤ねぎ（ねぎ）【旧平田町】

北前船が日本海を往来していた江戸時代末期に平田町に立ち寄った上方商人からお礼として種子をもらったのが始まり。葉鞘部が赤くなる。分けつ少なく、耐寒性がある。生で辛みが強く、煮ると甘みが強くなる。

### あさつき（あさつき）【酒田市袖浦地区】

センボンワケギともいう。野生のものの中から、比較的食用に供されているものを選抜したもの。長さ 30～40cm で淡緑色で盛んに分けつする。春に抽だいし5月下旬～6月頃に開花。ハウス緑化栽培が行われている。

### 與治兵衛きゅうり（きゅうり）【鶴岡市小国地区】

大正時代より旧温海町小国地区の五十嵐興治兵衛家に門外不出として伝わるきゅうり。一説には養蚕技術習得で新潟県村上に訪れた際ゆづり受けたとされている。特徴としては長さ約20cmで太さ7cm程度になる半白の白いぼきゅうりである。雌花はまばらにしかつかないため、収量は多くない。完熟したきゅうりには網目がないことからシベリア種で加賀太に近い系統と推察されている。食感は若干苦味があるが、みずみずしく味、香りは濃厚。生食に向き、小国地区では味噌を氷水でとき、きゅうりの薄切りを浮かべた「冷や汁」にして食べられている。

### 大滝にんじん（にんじん）【鶴岡市小真木地区】

鶴岡市小真木の滝武氏が、昭和30年代に「金時にんじん」を作り易いように選抜育種したものである。種子は、鶴岡市内の種苗店で昭和40年から56年までは販売されていたが、現在は、大滝家で自家用に栽培されているのみである。根部の肩の直径が5～6cm、長さは約30cmの逆三角形の形状をしている。根部的色は鮮やかな橙色で、肉質は柔らかくて、甘味がある。

### アブラツノザメ（海水魚）【漁獲地：庄内浜】

よく市場で見られる「むき鮫」。食味は淡白で、実が柔らかいのが特徴。冷めた状態でも食べやすい。メスはクセのない柔らかな白身で、味噌漬、しょう油漬に適している。オスは身が締まっており、色が良いので、刺身やぬた和えなど生食に向いている。

### ノロゲンゲ（海水魚）【漁獲地：庄内浜】

さっぱりとした薄味。コラーゲン分が多く強いぬめりがある。冷凍するとこのぬめりが失われる。

### ハナタラシ（海水魚）【漁獲地：庄内浜】

肉が厚く、塩見が多い。一夜干しにするとより身がしまる。

### やりいか（海鮮）【漁獲地：庄内浜】

細長とがった「やり」のような形をしている。刺身の味わいは淡白で上品。旨味甘味も十分あるのに後味が短い。焼いても硬くならず、甘味がぐんと増してくる。卵が非常に美味。

### 真鱈（鮮魚）【漁獲地：庄内浜】

魚体は大きければ大きいほど美味しい。10kg以上になると扱いにくい、身の繊維が一枚一枚はがれる食感、ガラから出るエキス、アブラワタも大きくとても美味。人気のある4～6kgよりキロ単価が安いので、1尾単位はあまり変わらない。また、オスの方が身の締まりが良いが、メスの方がアブラワタが大きく汁物には適している。

### 軟白ねぎ（ねぎ）【栽培地域：鶴岡市】

鶴岡市の冬の特産品で、一般の長ねぎよりも甘くて柔らかいのが特徴。全長60～70cm。土を寄せるのではなく専用の黒いシートを使って遮光。土を寄せる方法と異なりネギに圧力がかからないので、すらすらと長く育つ。

## 最上地域

☑最上地域はきのご類の県内最大の産地であり、平成21年次の生産量は県内の70%を占めている。生産は最上地域一円で行われ、まいたけ、なめこ、ひらたけ、ぶなしめじ、えのきだけの生産量が多い。

山菜類の生産も活発で、たらめ、ねまがりたけ、うるいの生産量も多い。こうした山菜類は、たらめをはじめとする施設栽培物の生産は堅調であるものの、自然採取物は採取者の高齢化などから減少傾向にある。

### 【特用林産物の生産量】

(単位：t)

	きのご類										計
	生しいたけ		なめこ		えのき だけ	ひら たけ	ぶな しめじ	まい たけ	エリ ンギ	その他の きのご	
	原木	菌床	原木	菌床							
新庄市	5.8	13.5	0.7	101.9	0.0	0.0	292.0	0.0	0.0	0.0	413.9
金山町	0.2	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	1.5
最上町	14.1	126.8	0.3	0.0	0.0	55.9	0.0	104.9	0.0	0.0	302.0
舟形町	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	241.0	241.0
真室川町	0.0	7.2	20.9	1.2	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	29.4
大蔵村	16.4	123.3	2.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.4	143.2
鮭川村	7.7	430.5	1.2	3,000.5	1,564.2	0.0	1,394.4	57.8	24.0	20.4	6,500.7
戸沢村	1.4	38.8	0.0	28.0	103.7	0.0	0.0	0.0	0.0	24.0	195.9
計(A)	45.6	740.1	27.1	3,131.6	1,667.9	56.0	1,686.4	163.0	24.0	285.9	7,827.6
山形県(B)	118.7	1,227.6	58.5	4,067.5	2,693.7	106.1	2,405.5	192.3	28.4	315.7	11,214.0
(A)/(B)%	38.4	60.3	46.3	77.0	61.9	52.8	70.1	84.8	84.5	90.6	69.8

☑在来作物>

**畑なす(なす)【栽培地域：新庄市本合海畑】**

直径が10cm程度の丸いなすで、賀茂なすに似ている。皮が柔らかく、調理しても形が崩れにくい為、焼くのものにも煮るのものにも適している。米茄子より味はよい。また交雑しにくく、苗1本あたりの収穫量は10個と通常のなすより実はつきにくい。

**からどり芋(さといも)【栽培地域：真室川町】**

赤茎系統で、子芋の他、親芋も食べられる。茎や葉も乾燥、漬物等に加工して食べられる。

**勘次郎胡瓜(きゅうり)【栽培地域：真室川町】**

果皮が黄色。茎葉の色素も薄い。葉は大柄。実は一般的な胡瓜より短めで太く、水分が豊富で柔らかい。収量は少ない。

**甚五右エ門芋(さといも)【栽培地域：真室川町大沢】**

形が細長く、食感は柔らかくぬめりが強い。親芋も食べることができる。

**雪割菜(茎立菜)【栽培地域：真室川町】**

茎立菜特有の苦味等がない。生育が旺盛で、収穫後の脇芽再生力が一般の商業品種より強く、成長スピードが早い。

**弥四郎ささぎ(いんげんまめ)【栽培地域：真室川町】**

若莢の可食期間が長く、かなり長大化したものでも肉質が柔らかい。

**とっくりかぶ(かぶ)【栽培地域：真室川町川の内】**

肉質は柔らかく、筋っぽさがない。生でもカブ独特の苦味は少なく甘い。形が15cm程度と短く、下膨れでとっくりの形に似ている。

**長尾かぶ(かぶ)【栽培地域：舟形町長尾】**

由来は不明。上部は赤紫色で下は白色。内部も白色。食感は柔らかい。

**石名坂かぶ(かぶ)【栽培地域：鮭川村石名坂】**

石名坂で栽培されている。根部下部分が膨らむ。上部が桃色、下部が白色。内部は白色。食感は柔らかい。

**黒五葉(だいず)【栽培地域：鮭川村石名坂】**

一つの枝に五枚の葉がついているので、黒五葉と呼ばれている。形は丸く香ばしい香りがある。

**雁喰い(だいず)【栽培地域：新庄市、舟形町、鮭川村】**

雁がかじったような跡があることから、この名前がついた。莢が大きく、豆は扁平、収量は高い。煮ると柔らかくて甘みあり。

### 青黒（だいず）【栽培地域：新庄市、舟形町、真室川町】

由来は不明。青くて黒っぽい豆。タンパク質が少ないので、豆腐では固まりにくい青色の発色が良い。

### 青端豆（だいず）【栽培地域：新庄市、舟形町、真室川町、鮭川村】

最上地方で広く栽培されている。あおばたや、あおばこと呼ばれている。

### くるみ豆（だいず）【栽培地域：舟形町】

くるみのような味わいがある。莢は大きく、豆は扁平。香りはそれほどない。豆腐にすると舌触りが良い。

### 金持ち豆（だいず）【栽培地域：新庄市野中】

由来は不明で地元で古くからある在来種。開花期は8月上旬～中旬で中晩生種の大豆である。蒸ちやく性に優れ、味噌の原料として使われている。

### ようのご豆（だいず）【栽培地域：戸沢村蔵岡】

よう（鮭）の子のような形から。みそ加工に適している。莢が大きく収量あり。収穫時期も早い。

### 九五郎豆（だいず）【栽培地域：最上町本城】

いつから栽培されているか不明だが、この辺りでよく作られていた。以前は大土（だいど）豆と呼ばれていたが、形状が今のものになってからは、現在の栽培者の屋号で呼ばれている。9代目になる。

### 神代豆（だいず）【栽培地域：鮭川村曲川楢山】

楢山地区で栽培されていた「アオバコ豆」をH12から選抜。H17楢山神代豆で登録商標を取得。神代の代から栽培されているということから神代豆と名付けられた。青豆系統で食べて香りも強い。

### 漆野いんげん いんげん）【栽培地域：金山町漆野】

昭和14年に村山地方から来た炭の検査官が持ってきた。手なしいんげんで白っぽくなった莢を収穫して乾燥する。乾燥した莢ごと食べられる。未熟でも柔らかい。

### 肘折（赤頭）だいこん（だいこん）【栽培地域：大蔵村滝ノ沢】

赤頭だいこんとも呼ばれ、根の上部分が赤い。食感は固く、水気が少ない。辛味が強い。

### 角川かぶ（かぶ）【栽培地域：戸沢村角川】

戸沢村角川地区でかなり古くから栽培されている。根色は上半分がやや明るい赤紫色、下半分が白色。根は内部には白色。肉質はよくしまり漬物用として適正が高い。

### 肘折かぶ（かぶ）【栽培地域：大蔵村滝ノ沢】

大蔵村肘折地区で古くから栽培されている地かぶ。長かぶ。根色は鮮やかな赤紫色で内部まで着色する。肉質はよくしまりやや固く、漬物材料に適する。葉柄は上部まで赤色に着色する。

### 西又かぶ（かぶ）【栽培地域：舟形町西又】

根は大根の形状。根部全体が赤く、内部も筋状に赤い。果肉は硬く菌ごたえあり。漬けると辛みがでる。長期保存が可能。

### 最上かぶ（かぶ）【栽培地域：新庄市近辺】

新庄市近辺で昔から栽培されている。種子は種苗店でも扱われているが、かぶの形状が長くなるものと丸くなるものが現れる。上部が赤紫色になり内部は白い。肉質は柔らかい。

### 最上赤（にんにく）【栽培地域：戸沢村岩清水】

1片15g、1球100g前後。外皮は赤褐色で側球数は6個前後。貯蔵性に優れ3月頃まで貯蔵しても萌芽はあまりしない。

### ひろっこ（あさつき）【栽培地域：最上】

ノビルの根でにんにくと長ねぎの中間的風味の香辛野菜である。冬場は、雪の下から収穫し、太陽の光を当てないようにしたものを出荷している。

### アスパラガス（アスパラガス）【栽培地域：最上町若宮】

堆肥をふんだんに施した有機肥料中心の栽培とあわせて、風や光が十分にいきわたるように、圃場を広めにとって栽培していることから、緑が濃くて甘いという特徴がある。

### ミネラルトマト（トマト）【栽培地域：最上郡大蔵村】

品種：桃太郎なつみ。“健康な野菜は健康な土から”をモットーに土づくりの徹底をしている。毎年土壌分析を行った上で、その結果に基づいた適度な施肥と多様なミネラル分をバランスよく投与した土と水で栽培している。

### 舟形マッシュルーム（マッシュルーム）【栽培地域：最上郡舟形町】

Mは2~3cm、Lは3~4cm、2Lは4~4.5cm、3Lは4.5cm以上。最新の栽培施設で農薬不使用栽培の確立と共に、2009年1月より稼働のバイオマス木質蒸気ボイラーの導入や既設ボイラーの燃料として廃ビニール、ポリの液化燃料を利用するなど脱化石の取組を進め、環境に配慮した生産体制の確立を図っています。



## 村山地域

県都、山形市には、戦国大名・最上義光時代に城下町が形成され、江戸時代は紅花商人のまちでもあった。当時、江戸時代から明治初期まで赤く染める染料はほとんどなく、口紅や着物染めの原料となる紅花は珍重された。東北各地で栽培されていたものの、とりわけ村山地方の紅花（最上紅花）は品質が良いうえに生産量も豊富で、全国的にも知られた産地だった。

村山地方では商人が力を発揮するようになり、経済活動の隆盛に拍車をかけたのが、最上川と羽州街道だった。最上川の水運は、羽州街道と共に様々な交易をもたらした。盆地の村山に海の産物が運ばれ、棒だら、身欠きにしんなどの干し魚を使った料理が、ごちそうとして食べられるようになった。

また、芋煮やだしなど全国的にも知られるようになった特色ある食と文化が存在する。

<在来作物>

### 蔵王かぼちゃ（かぼちゃ）【栽培地域：山形市蔵王地区】

蔵王成沢の農家が昭和23年南陽市中山地区（現上山市）の実家から種子を持ち込んだのが始まり。果皮色が灰白青色で、へその部分が約10cmと大きい。マサカリやナタを使わないときれないほど硬いため「マサカリかぼちゃ」とも呼ばれている。食味がよくホクホク感があり長期保存しても風味が落ちにくいのが特徴。

### 悪戸芋（さといも）【栽培地域：山形市悪戸地区】

山形市悪戸地区で昔から栽培されているさといも。粘りが強く、長時間煮込んでも煮崩れしにくいのが特徴。また、収穫時期は普通の品種より遅い。

### 山形赤根ほうれんそう（ほうれんそう）【栽培地域：山形市、上山市、天童市】

山形市風間の農家が、昭和2～3年頃、栽培した中から根の赤みが強いものを選抜したのが始まり。日本在来種（角種）で、根や葉の付け根が赤く、食べるととてもやわらかくて甘みがある。耐寒性があり、大株（200～300g）となる。大株となると甘さが増し、食味が非常によくなる。

### 金谷ごぼう（ごぼう）【栽培地域：上山市金谷地区】

上山市金谷の農家（9代目）の先代（3代目）が、江戸時代後期に種子を持ち込んで栽培したのが始まり。根の先まで太く、香りが良く、ずが入りにくくてやわらかいのが特徴。

### ねまがりたけ（チシマザサ）【栽培地域：西川町、朝日町、大江町】

高山性のササでチシマザサと呼ばれ、根元付近が曲がって地面に接し、上部に持ち上がることから「ねまがりたけ」と呼ばれている。地元では栽培のものを「ねまがりたけ」、山採りのものを「月山筍」と区別している。やわらかくコリコリ、サクサクとした歯ごたえと、コクのある旨みがある。

### 南沢かぶ（かぶ）【栽培地域：尾花沢市】

尾花沢市南沢地区で古くから栽培されている長かぶ。根部はだいこんの形状に煮ており、地上部、地下部ともに紫がかった赤色をしている。根の内部にも色素が入っており、硬い肉質が特徴。

### もってのほか（食用ぎく）【栽培地域：村山地域】

名前の由来は、「天皇の御紋である菊の花をたべるとはもってのほか」とか「もってのほかおいしい」といったことから付けられたといわれている。淡い紫色で花びらが筒状になっている食用ぎく。花びらが筒状のため、シャキシャキとした歯ごたえがあり、ほのかな香りや甘み、ほろ苦さがあるのが特徴。

### 山形青菜（たかな）【栽培地域：村山地域】

明治41年に奈良県から種子を導入し、農事試験場（現農業総合研究センター）で試作した結果、品質が優れていることから栽培が始まり。高菜の一種で、独特の辛味と食感があり、青菜漬けやおみ漬けなど、山形の郷土料理として利用されている。

### 三河ぶき（ぶき）【栽培地域：山辺町三河尻地区】

須川沿いの肥沃な砂質土がある山辺町三河尻地区に昭和初期に持ち込まれたと言われている。シャキシャキとした食感があり、市場評価が高く、近辺のお祭り料理に欠かせない一品となっている。

### 牛房野かぶ（かぶ）【栽培地域：尾花沢市、大石田町】

尾花沢市牛房野地区で、古くから山を焼いて栽培してきた長かぶ。地上部、地下部ともに赤紫色で、根部の内部にも色素が入っている。葉色は生育初期から淡紫赤色をしており、肉質は南沢かぶより固く、辛味がある。

### 次年子かぶ（かぶ）【栽培地域：大石田町次年子地区】

大石田町次年子地区で古くから栽培されている長かぶで、昔は山の斜面を焼いて無肥料で栽培されていたが、現在は普通畑で栽培されている。根部は大根の形状をしている。根部表面は全体が濃紅色をしており、内部にも色素が入っている。肉質は繊維質で硬く、辛味がある。

## 村山地域

### 堀込せり（せり）【栽培地域：山形市前明石、堀込地区】

約70年前に野生のせりから選抜して栽培したのが始まりであると考えられている。シャキシャキとして食感と香りがよいのが特徴で、郷土料理の納豆汁にかかせない品。

### 小笹うるい（うるい）【栽培地域：上山市小笹地区】

上山市小笹地区で古くから栽培されてきたうるい。太くて品質がよく、緑と白の色彩がはっきりしており、ぬめりが強いのが特徴。

### 次年子かぼちゃ（かぼちゃ）【栽培地域：大石田町次年子地区】

大石田町次年子地区で古くから栽培されているかぼちゃです。種子・種苗は市販されておらず、生産者が自家採取している。表皮は淡緑色をしたものと赤味を帯びたものがある。甘みがあり、あっさりとした食感が特徴。

<在来食材>

### あけび（あけび）【栽培地域：西村山郡朝日町】

品種は早生種から晩生種まで6品種ほどそろい、無加温ハウス栽培も入れると8月中旬～10月下旬までは収穫期となる。

### えごま（ごま）【栽培地域：山形市、中山町】

日本では古くから食用または油を採取するために栽培されてきたシソ科作物。取れる油は乾性油であり、昔から盛んに利用されてきた。別名「白あぶら」とも呼ばれる。現在は朝鮮・韓国料理で多く使われている。

### くるべえなす（なす）【栽培地域：西村山】

黒皮に光沢があり、棚もちがよい。有機物使用による土づくりを重視した栽培を行っており、煮てよし、焼いてよし、揚げてよしの万能タイプのナスである。

### こくわ（やまなし）【栽培地域：西川町入間】

緑色楕円で小粒な実をつける。無農薬で栽培されている。ビタミンCはレモンの10倍で、県外から「美容にいい」を引き合いがある一方、地元でも古くから滋養強壮によい木の実をして山取りし、果実酒として珍重されてきた。また「便秘解消など胃腸に良い」とも言い伝えられている。また、たんぱく質分解酵素を多く含み、魚や肉料理に合う。

### サマーティアラ（イチゴ）【栽培地域：山野辺町作谷沢地区】

県庄内総合支庁農業技術普及課産地研究室（酒田市）で育成された品種。鮮やかな赤色で光沢がある。長距離輸送にも耐える硬さ。果実を切ったときの断面も鮮やかな紅色をしているため、クリームに色が映える。果実の糖度はこれまでの四季成り性品種に比べて高く、酸味とのバランスも優れている。9～18gの果実の収穫比率が全体の6～7割程度。

### じゅんさい（じゅんさい）【栽培地域：村山市大谷地沼】

全国的にもめずらしい天然もののじゅんさい。人工的に栽培されたものと比べ、ヌル（寒天質）が非常に多く、大きくてもやわらかい。

### スーパー ラ・フランス（ラ・フランス）【栽培地域：天童市】

JAてんどうの「ラ・フランス」の中で、最高基準をクリアした「ラ・フランス」だけにつけられる称号が「スーパー ラ・フランス」。階級 18玉（290g）以上、光センサーによる検査で糖度14度以上、さらに形状・外観も良好のもの。全出荷量の約7%しかない貴重な逸品。

### セルリー（セロリ）【栽培地域：山形市桧町】

山形市内で40年程前から栽培されている村山地域の隠れた特産品。東北でも唯一の産地。苦味が少なく癖がない味なので、食べやすく、セルリーが苦手な人でも大丈夫といわれている。

### つるりさといも（さといも）【栽培地域：寒河江市高松】

食味が非常によい（とても美味しい）。芋が柔らかくくしかも煮崩れしない（早く煮える）。ゴソゴソした硬い芋がない。粘り、硬さ、甘さが適度。貯蔵性に優れており、味が落ちない。

### 紅花（生花）【栽培地域：山形市東山】

食材としての活用は、「乱花」と呼ばれる花卉を乾燥した一時加工品を中心に、「紅花若菜」などがあげられる。県紅花生産組合連合会での乱花の価格：30,900円/1kg。直売所等での販売価格は、連合価格に準じ、概ね600～800円/20kg。

### 紅花若菜（生花）【栽培地域：山形市東山、西川町水沢地内】

紅花若菜は、葉の全長15～20cm、葉数4～5枚を目安に野菜として収穫したもので、無農薬を基本に栽培する。生食と干し物での販売となるが、生の場合きわめて萎れやすいので、出荷の際は十分な打ち合わせが必要。おひたしや和え物等に利用できるが、ゆでた後水にさわり十分あくを抜かないと、癖があり食べにくい。包丁で切ると、まな板が真黄色になるほど、色素が豊富。

### ゴールド ラ・フランス（ラ・フランス）【栽培地域：上山市皆沢】

ラフランスの枝変わりといわれる品種。大玉に育てるのは通常のラフランスに比べむずかしく技術を要する。ゴールドラフランスは通常のラフランスとくらべ果肉が緻密で甘い。

## 村山地域

### わさび（わさび）【栽培地域：白鷹山系】

わさびは、根茎だけでなく、葉や花など全ての部分が食べられる。生わさびは辛味の中に甘味も感じられ、香りが豊か。また、春先収穫される花わさびやわさびの葉は、ふすべて醤油をかけて食べるとわさびの独特の辛味と香りを楽しめる一品。わさびは、「食欲増進作用」や「抗血小板作用」「制ガン作用」などその機能性にも注目が集まっている。出荷は一年を通して行っており、宅配で県内外の飲食店を中心に販売している。

### 月山芳醇豚（養豚）【栽培地域：東根市島地区】

東根市島地区の生産農家で生産されている。三元豚で爽やかな脂身（豚臭くない）が美味しい銘柄豚。柔らかな食感が特徴。豚肉特有のにおいがなく、脂身まで美味しく食べられる。自然豊かな環境の中で育て、飼料に乳酸菌を使用し、仔豚の時は健康づくり、肥育期間には肉質づくりを考えて、独自設計の指定配合飼料を与え、特に出荷前には麦を多く入れた飼料で旨味を引き出している。

### 原木しいたけ（しいたけ）【栽培地域：大江町】

菌床しいたけ（おがくずや米ぬかをビンなどに詰めたもので栽培）に比べ、水っぽくなく、口ざわり、うまみ成分ともに勝る。

### 紅輝卵（鶏卵）【栽培地域：村山市大字櫛山】

赤く輝く卵殻が名前の由来。紅輝卵は 餌に山形名産の紅花を使用している。品質が良く栄養も優れている。紅輝卵は、一般の卵に比べてビタミンEやたんぱく質が多く、コレステロールが20%程度少ない。

### 舞米豚（養豚）【栽培地域：山辺町北山】

米を餌として与えた豚肉は「口どけがなめらか」、「味や風味が良い」と言われ、新しい食材として期待されている。山形ビッグファームでは「舞米豚」の他、「元気豚」、「平牧三元豚」を飼育している。

### 自然薯（にんにく）【栽培地域：大石田町横山】

非常に強い粘りと、香り、甘みがあるのが特徴です。このため長さ約1.2mと長くまっすぐで、肌がきれいな自然薯ができます。ながいものに比べて粘りが非常に強く、香りと甘みがあります。

### 食用ほおずき（ほおずき）【栽培地域：上山市川口】

南米原産の果実で、袋の中の黄色の実を食用とする。実は直径3cm、重さ6g位で黄色い色をしている。若いうちは酸味を持っているが、黄色く完熟した果実は強い甘みを持ち、独特の甘みと香りが特徴。ビタミンが多いことで昔から体にいいとされてきた。特に動脈硬化を防ぐ働きなどがあるといわれるビタミンB群のイノシトールが多く含まれている。

### 和合平産リンゴ（リンゴ）【栽培地域：朝日町】

山形りんごのトップブランドとして知られる和合平は、日本有数のりんご産地。和合の中でも高地に位置する和合平は、特に冷え込みが厳しく、また特有の粘土質の土地がりんごなど果実の栽培には特に適しています。



## 置賜地域

置賜は、豪雪地帯という気候風土の厳しさもあり、多くの保存食を生んできた。戦国時代の英雄・謙信を始祖とする上杉家は、戦国時代からの伝統である質実剛健の気風を残した家だった。その上に、藩中興の祖といわれる上杉鷹山の教えが藩の隅々まで根付き、雑草と見られていた野草を美味なる食材に育て上げてきた。城下町・米沢では、今も鷹山の影響の深さを見ることができる。例えば、鷹山が奨励した「ウコギ」の垣根は今も残り、その新芽は春の食卓に欠かせない食材になっている。

<在来作物>

### 雪菜（たいさい）【米沢市上長井地区】

雪の下で保存される野菜は各地に散見されますが、「雪菜」は雪の中で育つ全国でも珍しい野菜。種をまき、11月、60cmに生長した株を土から抜き取り、10株程度を1束にして地面に立てて並べ、その周囲をワラで囲いこむ（床寄せ作業）。この作業から約40日。雪の下で30cmくらいになった花茎（とう）を収穫。熱湯に通すと独特の辛味が生まれ、「ふすべ漬け」という漬物にして食される。

### うこぎ（うこぎ）【置賜地方】

中国原産の落葉低木で、4月～6月頃に、ほろ苦く香り高い若葉や芽を摘んで食べる。米沢のうこぎは葉が柔らかく、とげも少ない「ひめうこぎ」という種類。独特の香りと苦味がある。調理法も幅広く、現在も郷土料理として、天ぷら、おひたし、きり合せ、うこぎご飯など、いろいろな調理法で食卓を飾っている。

### 小野川豆もやし（もやし）【米沢市小野川地区】

普通のもやしとちがい、胚軸が約20センチ程に生長する。栽培は11月から3月までの冬期間だけ、温泉のお湯を利用して作られる。毎年11月になると温泉街の近くに作業場が建てられ、中に「室」と呼ばれる木製の箱を並べ、その下に温泉を通して天然の温室のような状態にする。室の底に15センチほどに砂を敷き、1晩水に浸しておいた「もやし豆」をまく。この上に豆が見えなくなるまで砂をかけ、ムシロやワラを編んだコモでおおって、室の中を常時30℃に保ち、この状態で1週間。大切に育てられた豆もやしが収穫される。歴史ははっきりとしたことは分からないが、「もやし豆」は、新潟県の在来系統「刈羽滝谷」と最も関係が深いことが山形大学農学部の調査で分かった。このことから、上杉藩のつながりで新潟県から米沢市に持ち込まれたのではないかと考えられている。

### おかひじき（アカザ科の野草）【南陽市梨郷地区】

「おかひじき」の名称は、形状が海藻のひじきに似ていることからその名が付いたといわれている。本来は海岸の砂地に自生するアカザ科の野草だが、山形の内陸部、特に置賜地方では昔から栽培されてきた。生命力が強く、次々に芽吹くので夏の終わり頃まで食べることが出来る。美しい緑色と独特のシャキシャキした食感、また、栄養価にも優れた食材である。

### 薄皮丸なす（なす）【置賜地方】

果実は食べやすい一口大の大きさで収穫され、濃い紫色をしており、皮が薄く、漬けるとパリッと歯ざわりが良いのが特徴。旬の7、8月には、一夜漬けは各家庭に欠かせない漬物で、自慢のお茶請けとしても賞味されている。

### 花作大根（だいこん）【長井市花作地区】

長井市の花作地区で栽培される小型大根。江戸時代、領主であった上杉の殿様にその味を喜ばれ、「花作」という地名から名づけられたといわれている。普通の大根に比べて、長さが3分の1ほどしかなく、ずんぐりした形。生産量が大変少ないので、「幻の大根」とも呼ばれている。身が硬く、辛味、苦味が大変強いので、最初塩漬けにして辛味、苦味を取った後、たくわん、味噌漬け、糟漬けなどにして食べる。

### 紅大豆（だいず）【川西町】

紅色の果皮が特徴の大豆。以前は主に煮豆用として用いられてきたが、皮色の特徴を生かし皮ごと加工することで天然のピンク色ができることから、近年は食品関係業者から大変注目を浴びている。最近では豆腐、菓子など様々な食品に用いられるようになった。

### 高豆くうり（うり）【川西町高豆く地区】

川西町の高豆く地区のみで作られている。ルーツをたどれば、江戸時代後期の上杉鷹山公の時代にさかのぼるといわれ、産地特産品として現在の川西町高豆く地区に奨励されたのがきっかけとされている。俵型の白うりだが、形良く肉厚で、漬物にした時のパリパリとした食感が特徴になっている。

### 窪田なす（なす）【米沢市窪田地区】

米沢市窪田の地名に由来。1600年に城代家老の色部長門守が越後から導入したといわれる。その後優良系統を選抜。果実は巾着型でへた部より縦に果溝が浅く入り、花痕部が大きい。皮は堅め。

### 遠山かぶ（かぶ）【米沢市上長井地区】

米沢市遠山の地名に由来する。17世紀に越後から導入。鷹山公（1800年頃）が産業振興の一つとして振興。欧州系のかぶで根は青首でやや円錐形をしている。肉質が堅く繊維質で甘みあり。根径は8～9cm。

### 梓山だいこん（だいこん）【米沢市梓山地区】

梓山（ずさやま）地区が名前の由来。米沢藩主・上杉鷹山公が同地区に栽培を勧めたのがきっかけといわれている。米沢市内各地に自生する弘法だいこんから改良とも言われているが、詳細は不明。青首、細身で先細り、堅くて辛みがある。

### 夏刈ふき（ふき）【高畠町夏刈地区】

昭和初期に夏刈地区から隣接地である川西町吉田地区に嫁いだ人が、里帰りする時に株を分けてもらい、実家の畑に植えたのが始まりとされている。ハウス栽培は昭和50年代から始まった。