

100年フードデータベース

都道府県名	新潟県	
100年フード名	雪国の越冬料理 「だいこん料理、ゼンマイ料理、栃もち、煮菜（にいな）」	
認定部門	<input checked="" type="checkbox"/> 伝統部門 <input type="checkbox"/> 近代部門 <input type="checkbox"/> 未来部門	
発祥時期	<input checked="" type="checkbox"/> 不詳	
主な伝承地域	新潟県津南町を中心とした雪国観光圏エリア	
食文化ストーリー (歴史・文化・関連行事等)	<ul style="list-style-type: none"> ・魚沼地域を中心とする上信越県境では、年に120日近くを根雪で大地が覆われます。 ・長い冬を乗り切るための食材の保存する方法や、限られた食材でおいしく調理する技術は7000年間にわたってつくられた雪国の文化です。 ・雪消え直後から次の冬に向かって採取や乾燥作業が始まるという雪国の時間の流れを体現しているゼンマイや、「大根つぐら」に入れられ雪中保存される大根、栄養価が高く、長期保存ができるトチの実、酸味が出た野沢菜漬けで作る「煮菜（にいな）」など冬季中でも豊かな食生活を実現してきました。 	
特徴	食材	だいこん、ぜんまい、トチなど
	製造方法・調理法	食材のそれぞれの特性に合わせた保存方法やアク抜き技術
	道具・食器	「大根つぐら」秋採り大根を春先までおいしく長期保存するための雪中保存容器
	種類・主な食べ方	<input checked="" type="checkbox"/> 米・餅・寿司 <input type="checkbox"/> 麺類 <input type="checkbox"/> 粉もん <input type="checkbox"/> 酒 <input type="checkbox"/> 茶 <input type="checkbox"/> 菓子 <input type="checkbox"/> 調味料 <input checked="" type="checkbox"/> 野菜 <input checked="" type="checkbox"/> 魚介類 <input type="checkbox"/> 肉類 <input type="checkbox"/> 海藻 <input checked="" type="checkbox"/> 山菜 <input checked="" type="checkbox"/> 日常食 <input checked="" type="checkbox"/> 保存食 <input checked="" type="checkbox"/> 発酵食品 <input type="checkbox"/> 行事食 <input type="checkbox"/> 贈答品
保護・継承の取組		
もっと知りたい 食べてみたい 行ってみたい方に	【知】 雪国の食の啓発冊子「雪国の風土とフード」はこちらからご覧ください。 https://foodculture2021.go.jp/wp/wp-content/uploads/2023/11/「雪国の風土とフード」雪国観光圏 冊子.pdf https://foodculture2021.go.jp/wp/wp-content/uploads/2023/11/「雪国の食文化」雪国観光圏 冊子.pdf	