


100年フードデータベース

都道府県名	福島県	
100年フード名	いかにんじん	
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"/> 記録あり <u>江戸時代後期</u>	
主な伝承地域	福島県北部エリア	
食文化ストーリー (歴史・文化・関連行事等)	<ul style="list-style-type: none"> ・「いかにんじん」は、大量に作れて保存がきくため、正月料理の箸休めとして、祝祭時の酒のつまみとして地域で長く愛されてきた郷土料理です。江戸末期から伝わる元祖スローフードです。 ・江戸時代末期が起源 ※1 とされ、スルメと人参、調味料として酒・醤油・みりんのみを使用しているため、簡単かつ大量に作ることができます。(※1 出所「食」ふくしま新ふード記 (p68-69) 福島民友新聞社/発行2003年) ・福島県北部は山間部のため海産物は手に入りやすく、するめいかは貴重な海産物でありタンパク源でした。そのため正月のお節料理として重宝されました。人参が主体のため、野菜が少ないお節料理の箸休めとしての役割があります。 ・流通や保存技術が発達したことで現在では、県内北部を中心に全域で年中食されるようになりました。各家庭でこだわりや工夫のある「おふくろの味」の象徴として親から子へ引き継がれています ・とてもシンプルな調理方法ではありますが、各家庭でこだわりや工夫があり、言わば「おふくろの味」の象徴として親から子へ引き継がれています。 ・食文化として同地域住民に深く浸透してはいるものの、郷土料理研究家や郷土史家らによれば、いまだ「いかにんじん」のルーツについて確たる証拠が見つかりません。 ・福島市飯坂出身の佐藤B作氏（俳優）がメディアで紹介したことで一気に知名度があがり、福島市飯坂温泉では2002年前後にいかにんじんを利用した創作料理コンテストが開催される等、地域活性化にも繋がっています。 ・東日本大震災を経て、大手菓子メーカー社長が福島県出身である縁で、復興支援として2016年にポテトチップスのいかにんじん味が期間限定で販売され人気を博しました。 ・デジタル化が進んだ現在では、レシピサイト等でいかにんじんを利用した炊き込みご飯が注目を集め、多様な料理への利用が図られる等、県内外の多くの方から愛されるようになっています。 	

特徴	食材	するめ、にんじん
	製造方法・調理法	<p>【材料】 するめいか 20グラム程度、にんじん 中2本 (つけ汁) 醤油 150cc、水 150cc、酒 大さじ2、みりん 大さじ2</p> <p>【作り方】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.するめを5センチ程度の細切りにして、日本酒に漬けておく(数時間～一晩) 2.にんじん千切りにする(をするめと同じぐらいのサイズに) 3.つけ汁の調味料を合わせておく。 4.つけ汁を鍋でさっと煮立たせ、にんじんとするめと合わせる <p>お酒のつまみにしたい場合は、つけ汁の熱いうちにお酒少々を振り入れるとさらに風味が増す。(お子さんがいるご家庭やお酒が苦手な方は入れなくてもOK)</p> <ol style="list-style-type: none"> 5.半日ほど味をなじませたら、できあがり。
	道具・食器	各家庭に親から受け継がれて根付いてきた食文化のため家庭によって自由なスタイルで提供されています。
	種類・主な食べ方	<input 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 type="checkbox"/> 山菜 <input checked="" type="checkbox"/> 日常食 <input checked="" type="checkbox"/> 保存食 <input type="checkbox"/> 発酵食品 <input checked="" type="checkbox"/> 行事食 <input type="checkbox"/> 贈答品
保護・継承の取組	<ul style="list-style-type: none"> ・宿泊された方のアンケートキャンペーンの当選品として「いかにんじん商品」を提供し継承。 https://www.f-kankou.jp/special/13771 <ul style="list-style-type: none"> ・宿泊事業者向けのロゴ商品試食会の実施 	
もっと知りたい 食べてみたい 行ってみたい方に	<p>【食】 【知】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・100年フードの紹介といかにんじんにんについて(商品紹介・ECサイト紹介含む) https://www.f-kankou.jp/pickup/12716 <ul style="list-style-type: none"> ・100年フードロゴ入り商品紹介 https://www.f-kankou.jp/pickup/13453	