

# 100年フードデータベース

都道府県名	徳島県		 
100年フード名	牟岐の押し寿司		
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"/> 伝承		
主な伝承地域	海部郡牟岐町		
食文化ストーリー (歴史・文化・関連行事等)	<p>牟岐の押し寿司はこの地域において遅くとも100年以上前から友人・親戚が集まる機会や祭り、正月などのめでたい席で提供され、母から子へ姑から嫁へ受け継がれてきた地域の郷土料理です。この地域では米酢は使用せず、「ゆうのす」と呼ばれるゆず酢のみを使用しています。牟岐の押し寿司は魚を焼いてゆうのす（ゆず酢）につけ酢にごしを作り、にんじんやごぼう、切り干し大根、しいたけ、ちくわなどを醤油や酒、みりんなどで味付けした具材と砂糖やみりんで甘く煮た金時豆などの具材を用意しておき、押し枠に酢にごしを混ぜた酢飯を敷き、その上に具材を乗せ、さらにその上に酢飯をかぶせて軽く押します。飾りとしてゆずの皮や卵、紅しょうがなどを乗せ、彩よく仕上げます。飾りは季節や家庭によって異なります。見た目には白いごはんのみで作られているように見えますが、割ったときに刻んだ具材が出てくるのが特徴です。</p>		
特徴	食材	実生ゆず果汁・米・具材（にんじん・ごぼう・干しシイタケ・切干大根・ちくわ等）	
	製造方法・調理法	調理法（四角い型枠に酢飯を入れ中に具材を入れ上に酢飯を入れる、外から見れば四角酢飯だけだが、中を見ると美味しい具材がいっぱい）	
	道具・食器	四角い型枠	
	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 type="checkbox"/> 野菜 <input type="checkbox"/> 魚介類 <input type="checkbox"/> 肉類 <input type="checkbox"/> 海藻 <input type="checkbox"/> 山菜 <input type="checkbox"/> 日常食 <input 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"> <li>・以前より牟岐町の小学生に牟岐の伝統食として牟岐の押し寿司の体験を毎年夏に実施しています。</li> <li>・2023年度は京都産業大学生（木原ゼミ）生による「牟岐町のこれまでの100年フード・これからの100年フードを考える」と題し大学生による押し寿司の体験を実施又京都市にて12月に押し寿司の体験・試食・発表を行います。</li> </ul>		
もっと知りたい 食べてみたい 行ってみたい方に	<p>【知】【食】</p> <p>牟岐の郷土料理 実生ゆず果汁を使った100年フード押し寿司の体験を実施中          最小人数：10名より          申し込み期限：2週間前          体験日：木金土          体験時間：2時間程度・試食と意見交換など</p>		