

100年フードデータベース

都道府県名		高知県	
100年フード名		こけらずし	
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 <u>江戸時代</u>	
主な伝承地域		安芸郡東洋町	
食文化ストーリー (歴史・文化・関連行事等)		<p>こけらずしは、通常の押し寿司とは大きく違い、こけらずし独特の様々な特徴があります。土佐の人は「柚子酢」と書いて「ゆのす」と言い、高知県は温暖な気候なので、酢を好む傾向があり酢飯をゆずのみで作る文化がありますので、東洋町のこけらずしも柚子酢（ゆのす）が使われています。柚子酢を使った酢飯に焼鯖（サバ）のほぐし身を混ぜ込み、椎茸、人参、錦糸卵など沢山の具材を乗せて四角い木枠に柚子の酢飯と具材をどんどん何層にも重ねていく「押し寿司」で「投げても壊れんくらい」に固く仕上げた程良く固い食感も味も最高の押し寿司です。鯖から出る出汁が寿司飯の味に深みを与えてくれて、後味に、ほんのり焼鯖（サバ）の香りがします。更に出汁の効いた椎茸が柚子酢の酢飯と相性が良く、口に入れた瞬間に美味しさが口いっぱい広がります。</p>	
特徴	食材	椎茸、人参、錦糸卵、柚子酢、サバ	
	製造方法・調理法	押しずしとの一番の違いは幾重にも重ねる押しずしであるところです。東洋町のこけら寿司は、5段、6段と重ねてつくったお寿司を最後に裁断し皿鉢料理としてお祝いの席に振舞うといった習慣です。	
	道具・食器	大きな木枠を使い、幾重にも重ねた押しずしを食べやすい大きさに切り分けます。	
	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 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		『野根キッチン』で毎週土曜日の野根の朝市で地元の方によりこけらずしを販売されています。	
もっと知りたい 食べてみたい 行ってみたい方に		<p>【知】農林水産省こけらずし https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/kokerazushi_kochi.html</p> <p>【食】野根キッチン https://maps.app.goo.gl/FbiVJcMMxHdmox829</p> <p>【知】道の駅 東洋町 http://www.town.toyo.kochi.jp/contents/info0064.html</p>	