

福井の食文化 地域の特産品の普及に取り組もう — 伝統食品を用いたレシピ開発 (食材の歴史的な価値も紹介) —

生活科学科 小川聖子・野口恵実・内堀綺香・高野未紗

目的：福井の地域特産品である「油揚げ」「越のルビー」を用い、その特徴を生かした手軽に作れる新たなレシピを開発する。特に油揚げは、当地ならではの素材で他地域への出荷はほとんどないのでメインの料理としてのレシピを考える。それをもとにメニューカードを作成し、地域の産物に対する知見を新たにしてもらい、地元素材の消費拡大に貢献する。

方法および結果：

| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>福井の食文化 -地域の伝統食品を用いたレシピ開発-</p> <p>生活科学科 食健康コース 20H503 内堀綺香 20H506 高野未紗</p> | <p>目次</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 福井の伝統食品について 2. 福井の伝統食品の背景 3. 岸田食品 厚揚げ特徴 4. 越のルビー特徴 5. 試作 6. 厚揚げレシピ開発 7. 越のルビーレシピ開発 8. あげフェス・オープンキャンパスにて 9. 考察・感想 | <p>福井の伝統食品</p> | <p>福井の伝統食品の背景について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仏教の教義として精進が中心 →精進料理のタンパク質源は大豆で油で揚げて調理することも寺社の料理の特徴 ・三世代が同じ食卓を囲み日常の家事を執り行う確率が高いのではない →子供も小さな時からさぶとん揚げなどの伝統食品を食べ、親しんでいることが考えられる |
| <p>厚あげ・さぶとん揚げ特徴</p> <p>厚あげ ・煮物に最適、味染みが良くなるように作られている</p> <p>福井の焼揚げ ・福井県産さとのほほえみ大豆100%焼いて食べるのに特化している</p> | <p>越のルビー 特徴</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大玉トマトとミニトマトの中間（ミディ）の大きさ ・名前の由来「あたかもルビーのようなトマトが越の国で作られた」 ・形や大きさがちょうど良く、甘くて酸味もほどよい ・ビタミンCや活性酸素を減らす働きがある ・甘さがあるのにカロリーは低めで、水分やミネラル補給にも役立つ | <p>厚揚げ試作①</p> | <p>厚揚げ試作②</p> |
| <p>越のルビー試作</p> | <p>厚揚げレシピカード①</p> | <p>厚揚げレシピカード②</p> | <p>厚揚げレシピカード③</p> |
| <p>越のルビーレシピカード①</p> | <p>越のルビーレシピカード②</p> | <p>越のルビーレシピカード③</p> | <p>あげフェス</p> |
| <p>福井市内スーパー レシピカード 配送前</p> | <p>福井市内スーパー レシピカード設置の様子</p> | <p>感想・考察</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本来の食材の味を引き出すこと、簡単に見た目の良いレシピの開発はどれも難しく大変だった ・アイデアを出して実際に作ってみると思い通りにならなかったりなど、気がつくことがたくさんあり勉強になった ・商品の特徴や魅力知ることにはレシピ開発において商品の良さを引き出す手掛かりとなった ・このプロジェクトに取り組んでみて福井の食文化について更に興味を持ち、深く知りたいと思った | |

考察：福井の油揚げは、関東地域で一般的なものよりも厚く大きく、中の部分がスポンジ状であった。煮汁やスープをよく吸い込み、冷めてもおいしいので様々な料理に応用が可能だった。また、原料が大豆のため和・洋・中の味付けができ、さらにスイーツにしても美味しい事が分かった。越のルビーは糖度が高く中玉で皮も少ないのでデザートやボリュームのあるレシピを作ることが出来た。あげフェスなどでもカードの評判がよく、スーパーでもカードの配架がおこなわれ、当初の目標が達成されたと考える。