

ロードトゥ

Soul

ごはん

東海篇



## 昔から愛され続ける 地元ごはんをご紹介します

“豆味噌文化圏”として知られる東海地方の郷土料理といえば、朴葉味噌や味噌カツなど、こってりとした味付けの料理が有名です。今回は、東海地方のある地域に根付いた、ユニークかつ旬になるソウルフードをご紹介します。

がんもなのに甘い!?  
外カリッ、中フワッの  
食感がクセになる逸品

### スイーツ がんも

静岡県富士地区

富士市や富士宮市で100年以上の歴史を持つという味付けがんも。かつては法事やおせち料理に登場し、今でも日々のあみずや、おやつとして親しまれています。フボした豆腐に野菜、ゴマ、昆布などの具と、砂糖を混ぜて揚げたもので、表面はカリッと香ばしく、しっとりした弾力のある食感がクセになります。味も形も店によって異なっていますが、食べ比べも楽しいです。



### あんかけスパ

愛知県名古屋

極太パスタとピリ辛ソースが  
ベストマッチ!

名古屋市民の定番メニュー



名古屋とその近郊で親しまれる「あんかけめし」のひとつ。太けこ・こみりもの極太パスタを茹でてからフライド炒めて、コショウの辛味がピリツときた、とろみのあるソースをからめて食べる「炒めスパ」です。トッピングの具材はいろいろありますが、ハムと野菜の「ミラカン」が定番です。昭和30年代に「アバゲティハウスヨコイ」で誕生したといわれています。

ごはんのおともにピッタリ!  
厳しい寒さが生み出した郷土の味

### 漬物ステーキ

岐阜県飛騨地方

岐阜県北部に位置する飛騨市や高山市を中心とした飛騨地方の料理。厳寒期に漬けた漬物を溶かし、朴葉にのせて焼いたのが始まりといわれています。漬物を鉄板で焼き、味噌やしょう油で味付けをして、卵でとじ、かつおぶしやネギを散らすのが一般的です。ごはんにもお酒のつまみにも合、郷土料理店や居酒屋などで味わえます。地元では「漬けろこ」と呼ばれて愛されています。

