

Road to

Soul ごはん

北関東篇



昔から愛され続ける 地元ごはんをご紹介します

関東平野の北部に位置し、豊か自然に恵まれた栃木、群馬、茨城の北関東3県。農業が盛んで、野菜や果物にもちろん、小麦やそばを使った素朴な郷土料理が各地に根付いています。今回はそんな北関東で長く愛されるグルメを紹介します。

いもフライ

栃木県



県東部に広まっています。100円程度でおよつ代わりにお食べられています。現在は佐野市を中心に、栃木県西部から群馬県東部に広がっています。

ふかふかのジャガイモを およつ代わりに

蒸したひと口大のジャガイモを串に刺し、小麦粉やパン粉で作った衣をつけて揚げ、地元産の特製ソースをかけます。ソースは甘めのものやスパイシーなものなど、店によって様々。戦後、リヤカーの屋台で販売したのが始まりで、発祥とされる佐野市には約50軒の店があります。焼きそば店や惣菜店などで売られています。専門店も、1本70円、100円程度でおよつ代わりに

群馬県の ソウルフードの進化系！

から老粟すれ、口の周りに味噌がつかず食べやすいスタイルに進化。店によって様々な生地のパンで作られています。

みそパン

群馬県



コッペパンやフランスパンに切り込みを入れて、甘い味噌タレを挟んでいます。沼田市で40年以上愛されるご当地パンで、県内に普及しました。群馬県には小麦を米麴で発酵させて膨らませ、味噌タレを付けて焼いた焼きまんじゅうという県民ならではの知る名物があります。ここ

つけけんちん

茨城県



具だくさんのけんちん汁に合う ブランドそば

茨城県北部はそばどころで、芳醇な香りとほんのりとした甘さが特徴の常陸秋そばが栽培されています。そばを冷たいつけ汁にはなく、温かいけんちん汁にかけて食べる郷土料理が、つけけんちん(そば)。味噌やしょう油をベースにしたやや濃いめの汁にゴボウや大根、人参、サトイモなどの野菜が入り、そばとの相性も良好。旬は冬ですが、季節の食材を入れて一年中味わえます。