

掬 ぶ

mu su bu

食文化創造都市白杵
ストーリーブック

the story of usuki's gastronomy

category

伝統料理



USUKI
CITY OF GASTRONOMY



白杵の 郷土料理

江戸時代の中頃から終わり頃、全国的に災害や凶作のあおりを受け、諸藩は財政難に陥る。白杵藩も藩政は苦しく、改革に乗り出すことになる。天保2年（1831年）、白杵藩第11代藩主で当時は隠居中であった稲葉雍通は、江戸家老村瀬庄兵衛の主張を柱とし、彼をリーダーとする財政再建事業を命令した。これが「天保の改革」と言われている。その施策の中に「武士も庶民も一体となって質素儉約に努め、虚礼を廃し、無駄な出費を抑える」とあった。結果的に白杵藩は良い成績を収めることに成功したと史実に残されている。この「質素儉約」から生まれた料理が白杵の郷土料理として、今に伝えられているのだ。



白杵の郷土料理を一度に食せるお楽しみ御膳



※メニュー内容は一部変更になる場合があります。



小手川商店
白杵市白杵501
Tel.0972-62-3333

みそ汁御膳 花野

1500円
(前日までの要予約・平日のみ)

黄飯、かやく、きらすまめしの代表的な郷土料理に加え、店舗限定の味噌汁や、豆腐や卵黄の味噌漬けなど、醸造文化も堪能できる特製の御膳。フンドーキン醤油が160余年前に商いを始めたどされる歴史情緒あふれる建物で味わう郷土料理は別格だ。

お店で白杵の郷土料理を食べる

気軽に立ち寄って、郷土料理を楽しんで

ポルト蔵ランチ 1100円

「サーラ・デ・うすき」内にある醤油蔵を改装した店内で、郷土料理がいただける。黄飯かやく、きらすまめし、お味噌汁などがついたセット。ランチタイムはもちろん、夜の宴会メニューの中にも郷土料理を盛り込むなど、店主の郷土愛が感じられる。



ポルト蔵
白杵市白杵206-2
Tel.0972-63-6511

学校給食でいただきます！

USUKI LOVE

次世代へつなぐ 郷土料理愛

食育に力を注ぐ白杵の給食では、郷土料理の日に「黄飯、かやく、やせうま」のメニューが登場。さらに子どもたちが考案した「黄飯カレー」などアレンジメニューも作るなど、味わうことを通じて子どもたちの郷土料理への興味関心を高めている。



郷土料理

質素儉約から生まれた

江戸時代から伝わる郷土料理は、時代とともに味付けや食材なども地域や家庭によって変化しているのも特徴的。

きらすまめし



白杵の方言で「きらす」は「おから」で「まめし」は「まぶす」という意味だよ

残り物の刺身や魚をおろした後の中落ちの部分や切れ端などの余った部分に、おからをまぶしてかさ増しして作る儉約料理。甘みを強く出すところもあるれば、酒のアテに合う味付けに仕上げるところもあるなど、好みやシーンに合わせて様々な味が楽しめる。

黄飯 かやく



「黄飯」が100年フードに認定されました

文化庁は、日本各地で昔から受け継がれてきた食文化を未来につなげるために、「100年フード」と名付けた取り組みを進めている。「黄飯」は、その食文化の特性や現代でも食べられているという点などが評価され、2023年にこの「100年フード」に認定された。これまで大分県からは「頭料理」や「佐伯ごまだし」などが認定されている。

クチナシの実から色を出しご飯を炊く「黄飯」。当時赤飯は贅沢品だったため、祝いの席の代用としてこの黄飯が用いられたようだ。黄飯は「かやく」と呼ばれる、エソのすり身に野菜や豆腐で炒めて煮込むけんちん汁のようなおかずと一対になって出される。それぞれを別々に食べてもよし、かやくを黄飯にかけて食べてもよし、人によって食べ方は様々だ。お正月は料理をしなくてもいいように、この料理を何日もかけて食べるのが習慣だったようだ。

茶台寿司



身近な食材を使って食卓が豪華に見えるようにと、庶民の知恵と工夫から生まれた白杵の郷土寿司。ネタは野菜を中心に、魚介は旬の魚の酢締めなどが使われる。シャリの上にネタがあるのが特徴的で、お殿様が使う茶托に見立て「茶台寿司」と呼ばれていたという説がある。

白杵出身の女流作家、野上弥生子先生は、春になるとよく作って学生たちに振る舞っていたと、随筆にもしたためられているよ

授業の一環で作ります！



USUKI LOVE

次世代へつなぐ 郷土料理愛

白杵市では市内の小中学生を対象に、郷土料理教室を開催している。市内の料理人や地域の食育団体の方が学校へ出向き、子どもたちに黄飯・かやくの作り方を教えてくれる貴重な機会だ。この取組により、自宅で郷土料理を作る子どもが少しずつ増えている。

[材料(8人分)] ※豆腐一丁に合わせた分量

- 黄飯
米……………3合
クチナシの実…6個
- かやく
エソミンチ…300g
ダイコン…300g
ニンジン…100g
ゴボウ…150g
木綿豆腐…1丁
出汁…360cc
醤油…25cc
みりん…70cc
酒…70cc
塩…5g
油…30cc
ネギ(飾り付け用) 適量



黄飯・かやく



黄飯レシピ



鍋にクチナシを入れヘラなどで潰す。その中へ水を入れ10～15分程浸水する。



鍋を沸騰させた後、弱火で10～15分クチナシを煮出していく。オレンジっぽくなってきたら火を止め、ザルでこす。



洗った米を鍋に入れ、②を500cc程度入れる(炊飯ジャーの場合は分量通り)



蓋をかぶせ、沸騰したらひと混ぜして、弱火で13分したら完成。

ポイント クチナシは煮出しすぎると緑になるので気をつけてください。

かやくレシピ



ゴボウはさがきにしてお水にさらす。ダイコンは皮を剥いて拍子切り、ニンジンは細切りする。



鍋に油を敷き、エソを入れ、全体的にポロポロとなるくらいまで炒める。



②の鍋に、ダイコン、ゴボウ、ニンジンの順に入れて炒める。

エソが手に入らない場合は好きな白身魚や鶏肉で代用してみてくださいね



教えてくれた人
旬彩処 関乃家
多々良 好英さん



野菜がしんなりしてきたら酒とみりんを入れてアルコールを飛ばし、塩、出汁を入れてさらに炒める。



豆腐は丸ごと一丁入れ、鍋の中で潰していく。混ぜながら水分を飛ばしていく。



最後に醤油を回し入れて完成。皿に盛り付けてネギを上に乗せる。

[材料(小鉢で5～6人分)]

- ブリ……………130g
おから……………100g
ネギ(小ネギ)……………1.5本
ショウガ……………5g
薄口醤油……………大さじ2
砂糖……………5g
カボス……………適宜



ネギは小口切り、ショウガはみじん切りにしておく。
※ショウガはおろしショウガではなく、みじん切りにすることで苦味をおさえ、風味を楽しめます。



ブリは3等分にし、さらに食べやすい大きさに切る。
※魚はブリ以外にも、マグロ、アジ、カツオなど好みのものを使用してOK。



大きめのボウルに②のブリと①を入れ、さらに薄口醤油と砂糖を加えて混ぜる。



おからを加え、全体がなじむようにさらによく混ぜ合わせる。



小鉢に④を盛り、カボスの輪切りを添えてできあがり。

ポイント

おから多め、魚多めなど好みによって分量を加減し、好みの味や食感を楽しんでください。

さらすまめし

そういえば、昔作っていたけど最近あんまり…
昔、家族が作ってくれたのが懐かしい…
そんな方、多いのではないだろうか。久しぶりに作ってみませんか？
手間や時間をかけず、簡単にできるのも魅力的です。

代々伝わる家庭の味や地域の味に沿って作ってみてください



教えてくれた人
川口屋旅館 別亭 久楽
亀井 諭さん

武家の食文化を今に伝える 臼杵に息づく 本膳料理

臼杵に本膳料理というものが
あることをご存じだろうか？

本膳料理とは、室町時代に
武家が客人をもてなすた
めに考案されたとされる
日本料理の形式。今では全
国でもこの料理を出して
いる店は3カ所のみと言
われている。
そのひとつがここ臼杵市
にあった。



本膳料理の歴史に迫る

本膳料理の成り立ち

室町時代の足利幕府の拠点は京都だったことから、武家社会でありながら公家との交流が盛んな時代だった。そのため儀式を重んじる料理として誕生したと言われている。

1192年、鎌倉時代により武士の時代が到来したが、その頃はまだ京都から離れた場所に幕府がおかれ、形式ばった食事というものはなかった。

1200年代に入ると、禅宗より精進料理が広まる。仏教の教えに基づいて肉や魚を使用しない調理方法が誕生した。

1300年代、室町幕府が台頭すると、幕府の中核が京都におかれたことで朝廷や公家との関係性が密になり、料理が形式化されていった。大饗料理のおもてなしや儀式的な要素、精進料理の技術の高さを取り入れて、武家によるおもてなし料理である「本膳料理」が誕生していった。

一つひとつの膳に料理をのせて出す形式の本膳料理。現代の日本では、その言葉を聞くことも見ることも、食すこともほぼなくなってしまったが、まだ白杵にはその文化が息づいている。白杵の老舗料亭『喜楽庵』では、この本膳料理の本流とも言える料理とその儀式的な進行に至るまで、最初から最後まで堪能する技術と文化を残している。

本膳料理と

懐石料理や会席料理との違いは？

似たような名称の日本料理との違いについて確認してみよう。まず当初の目的が違うようだ。人数や出し方、酒の提供の仕方などがそれぞれで異なっている。

本膳料理

室町時代
武家が客人をもてなすための料理。膳にのせた食事膳は一度に並べられる。

懐石料理

安土桃山時代
茶の湯において茶会の前提供される軽めの食事。飯、吸い物が先に生まれ、最後に菓子というように順番に出される。

会席料理

江戸時代
現代における宴会料理。前菜から順番に料理が出され、飯と汁が最後に出てくる。



喜楽庵と本膳料理との関係

武家にはそれぞれのお屋敷で料理を作るお抱えの料理番がいた。白杵藩士録によると、御臺所頭(みだいどころがしら)兼御料理人頭として廣瀬藏右衛門という人物の名が記されている。この廣瀬家より本膳料理の伝承を託されたのが、廣瀬家で修業をした山本家の2代目山本文吉氏。現在、その子孫が白杵城下にて料亭を営み、5代目喜文氏が今の世に伝えている。全国でも3箇所しかこの料理を味わうことができないと言われており、九州では唯一ここ白杵で味わうことができる。

◀喜楽庵に残る献立表

この献立表は、開催が決まるとその都度作られていたそう。どちらかといえば料理人同士の把握のためのレシピや客人との打ち合わせに使われていたものではないかと言われている。



喜楽庵の本膳料理は、

さんじゅうしちさい

三汁七菜

本膳(一の膳)の右側に二の膳、左側に三の膳、右奥に与の膳(四の字は使用しない)、左奥に五の膳が置かれる。

汁が3つで三汁、なます・坪・平・猪口・刺身・焼き物で七菜、これで三汁七菜。

与の膳と五の膳は、御台引と大平料理が取り分けられ置かれる。

御台引は手をつけずに折り詰めにして帰るのが作法とされている。



祝膳の例



おあひら 大平料理

塗もの「大平」に重詰めされた料理。重の下にはそうめんが敷き詰められています。松笠鯛や紅白しんじょう、菊鮑、花百合根、山芋巴巻など、目にも鮮やかな品々が並びます。



おだいびき 御台引

伊勢海老具足煮、甘鯛焼物、叢雲玉子、金玉天などが盛られた大鉢盛。日持ちのするものが盛っており、箸をつけずに持ち帰ってもらうための料理がそろいます。



守り、 次代へつなぐ、 本膳料理への想い

創業明治11年『喜楽庵』の2代目から提供し続ける「本膳料理」。受け継がれてきた技術・作法、想いを4代目女将の山本千代さん、5代目の喜文さんに伺った。

『喜楽庵』2代目の山本文吉氏の代から提供され続けている「本膳料理」。3代目の喜平氏の頃には、「結婚式」のお祝いの膳としての需要がほとんどで、白杵での晴れの日の料理として盛んに食されていた。やがて時代は昭和・平成の時代になると、結婚式のスタイルも様変わりし、本膳料理がお祝いの席で出される機会は徐々に減り、約60年前を最後に冠婚葬祭での利用はなくなった。

食べる順序 (食べ方)



なますに一箸付けたら以後はどの菜に箸を付けても良い。但し、菜から菜に箸を付けてはならない。必ず菜とご飯を交互に食べる。

ご飯は最初は少しかよそってないが、箸を取り上げたらすぐに給仕人が給仕盆を持ってまわるので、飯碗を差し出しておかわりを申し出ること。



給仕人が全員に配り終えるまで食べないこと。全員に行き渡り主催者から「どうぞお吸い物をお召し上がりください」と挨拶があってから食べ始める。一度持ち上げたら食べ終わるまで下におろさず食べてしまうこと。



最後に、給仕人が重湯のようなものを飯碗に注いでまわる。これを飲んで終了。それまではお茶は出されない。



喜楽庵が受け継ぐ、
白杵藩主稲葉家の本膳料理の作法

きちんとした作法や手順にそって召し上がっていく本膳料理。武士としての嗜みや日本人としての作法が今なお息づいています。今では言われることも見かけることもない作法かもしれません。少しでもその流れを覗いてみましょう。





心の琴線に触れるような
どこか懐かしくて、優しくて
ちょっと寂しさも混じった気持ちになる

こどもの頃に家族の誰かが作ってくれた味かもしれない
今はもう食べることでできない味かもしれない

次は自分が大切な人へ作りたいと思える味かもしれない

それが郷土料理だ

時代は変わりゆく
生活様式が変わり、タイパ・コスパという言葉が生まれ
台所に立って手間暇をかけることがむずかしくなってしまった

ならば、みんなで白杵の宝であるこどもたちへつなげばいい
学校で学ぶ時間、味わう時間があるのがいい
作れるときは、家庭でこどもと一緒に作ってみるのもいい
気負わず、たおやかにつないでいけばいい

それができるのが、ここ白杵なのだ

歴史深いまちの財産である、本膳料理

まずはここで暮らす人々に知ってもらいたいと願う
素晴らしい食文化があったことを
そして受け継ぐ意志があれば
ずっと形として残ってゆけることを



全体が見渡せるように配置された会場内では、主人を待ちわびるように本膳料理が並ぶ。会場中央の空間では仲居さんが行き交い、スムーズな給仕ができるようになっている。



現在、本膳料理は「出合ったことのない伝統的な料理を味わいたい」という、珍しい食体験を楽しみたい方のための料理へと、その役割やニーズも変化している。4代目女将の山本千代さんは、これまで様々な形で本膳料理の灯火を絶やさぬよう邁進してきた。例えば、ジャズを聴く会を開催し、その席で本膳料理を提供するなど、時代の変化に合わせて、肩ひじ張らず楽しめるよう趣向を凝らした試みも行ってきた。

一方で、「この先、どのようにして多くの人に知っていただくか、また残していく意義とは何か」と、格式高い本膳料理の技術・食文化を守り続けることの葛藤もあったという。しかし長年提供し続けてきた根底にあるのは、「本膳料理を残したい」という一途な想い。「全国的に見ても希少

な日本食のひとつとなった本膳料理の本質を絶やさず、これからも多くの方に届けたい」。その想いをつなぐべく、現在当主であるう代目の喜文さんも、「先代たちが妥協なく手間暇をかけて作ってきた本膳料理の技術と文化を大切にしつつ、今の人たちにも合うような味付け、食材も少しずつ取り入れていきたい」と柔軟な姿勢で、脈々と受け継がれてきた料理を守り続けている。

今後は「本膳料理を味わう会」や、海外からの旅行者にも由緒ある食文化体験として楽しんでもらえるような企画も考えていきたいという。長い歴史を経て貫かれてきた味は、これからは白杵の町で、「日本食の心」を伝えてくれるものであり続けるだろう。



掬ぶ musubu

伝統料理編

食文化創造都市 白杵
the story of usuki's gastronomy

<https://gastronomy-usuki.com/>

[f](#) @gastronomy.usuki.city

[i](#) @gastronomy.usuki

STAFF CREDIT

editor/writer 青木貴絵
writer 清祐智絵
designer woop
photographer 脇屋伸光

CONTACT INFORMATION

白杵食文化創造都市推進協議会 事務局
(白杵市産業観光課 食文化創造都市推進室)

住所 大分県白杵市白杵72-1

Tel.0972-63-1111(代表)

発行元 白杵食文化創造都市推進協議会

発行日 2025年3月

趣のある建物内部に入るとタイムスリップしたように感じるほど昔の状態を保っている。また、喜楽庵に残されている献立表の数々も代々大切に受け継がれてきたものだ。

