

## はじめに

本町では、令和元年度に「愛なん食育プランⅢ」（第3次愛南町食育推進計画）を策定し、さまざまな分野の方々と連携しながら食育活動を推進しています。その基本方針の一つ「つながる食育」では、町内の人と人、人と産業、産業と産業のつながり、地域力を高める食育活動に取り組んでいます。

そこで、愛南町の郷土料理を掘り起こす活動として、町民から大切に残したい愛南町の郷土料理を聞き取り、料理にまつわる歴史や文化、レシピをまとめました。

この冊子をご覧ください、郷土料理の伝承に繋がっていただけたら幸いです。

2024年3月

愛南町食育推進協議会

## もくじ

---

### ○ 町民アンケート結果 1 ページ

---

- ☆ 知っている郷土料理 ベスト 10
  - ☆ 大切に残したい郷土料理 ベスト 10
  - ☆ 愛南町ならではの料理 ベスト 10
- 

### ○ レシピと地区の紹介 2～31 ページ

---

- |                |       |               |       |
|----------------|-------|---------------|-------|
| ① 菜飯 / 内海      | 2.3   | ⑨ 鯛めし         | 18.19 |
| ② じゃこ天 / 御荘    | 4.5   | ⑩ 鶏肉の愛南ゴールド風味 | 20.21 |
| ③ うつぼの煮つけ / 城辺 | 6.7   | ⑪ 鯛カツバーガー     | 22.23 |
| ④ ぼっかけ汁 / 一本松  | 8.9   | ⑫ ひがしやま       | 24.25 |
| ⑤ こや豆のあんこ / 西海 | 10.11 | ⑬ こだま菓子       | 26.27 |
| ⑥ 鉢盛（はちもり）     | 12.13 | ⑭ 包丁汁         | 28.29 |
| ⑦ カツオのたたき      | 14.15 | ⑮ カツオコロッケ     | 30.31 |
| ⑧ 麦味噌          | 16.17 |               |       |
- 

### ○ 計量の目安 32 ページ

---