

しょうゆ



百余年の歴史を現在に伝える味

昔ながらの製法で、時間と手間をかけて造られるまさに「極上の一滴」。一般の家庭はもちろん、飲食店などでも幅広く愛用されています。

酢



県内唯一の天然醸造酢

滋賀県内唯一の醸造元で造られるお酢は、「静置発酵」と呼ばれる製法で造られ、自然な甘みとまろやかさがあります。

2月5・6・7日はニゴロブナの日！

1500年の歴史を誇る滋賀県の伝統的な発酵食品で郷土料理百選にも選定されている「鮎ずし」は、琵琶湖の固有種であるニゴロブナを使用して作られています。「ニゴロブナの日」は、鮎ずしの産地である高島市が全国にPRし、後世に伝えるため定めたもので、2月5・6・7日の日付には、語呂合わせで「ニゴロブナ」の意味があることと、この時期が鮎ずしの熟成が進み、最も美味しいことから定められました。



(写真提供) 滋賀県立琵琶湖博物館

高島で育まれた発酵食品をご紹介します。

高島の発酵食品

日本酒



5蔵の造り酒屋 それぞれに旨い日本酒

雪が多く寒さの厳しい土地柄と、うまい水・うまい米から造られる日本酒は高島を代表する特産品のひとつ。

市内には、5蔵の造り酒屋があります。それぞれの蔵ごとに特徴のある味わいは、地元のみならず京阪神などで愛飲されています。

鮎ずし



現在の寿司のルーツともいわれる一品

鮎ずしは、琵琶湖特産のニゴロブナを米に漬けて乳酸菌発酵させたなれ寿司の一種です。

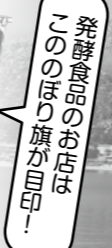
ぎっしり詰まったオレンジ色の卵にピンクの身、そして独特のくさみと旨み、一度食べたら忘れられない味です。1年中食べられる保存食として高島では親しまれてきました。



発酵食品グルメマップで発酵めぐり！

高島の発酵食品を取り扱っているお店を地図で表した「たかしま発酵食品 わくわくグルメマップ」を平成24年3月に作成しました。

高島市商工会にありますので、このマップを利用して、高島の発酵食品を味わおう！



発酵するまち、高島。

自然豊かな高島市は、年間を通じて湿度が高く昔から発酵に適した風土・気候でした。琵琶湖で獲れる魚をはじめ多種多様な農作物も栽培され、豊富な農林水産物に恵まれてきました。また、京都と若狭を結ぶ街道沿いに位置するなど地理的・歴史的な要因からも発酵食文化が根付いてきました。

このような環境に加えて、作り手の熱意・創意工夫と、発酵食品を愛する人たちによって、今日まで多様な発酵食品が生まれ、育んできました。ひとつのまちに「酒」「しょうゆ」「酢」「みそ」「なれずし」など多様な食品があるのも珍しく、まさに「発酵するまち、高島。」ならではの特徴だといえます。

発酵って何？

発酵とは目に見えない微生物の働きのことです。細菌や酵母やカビなどの微生物は、体内に酵素を持っていて、この酵素はあるものを別のものに変えることができる性質を持っています。

発酵食品とは、この微生物の力を借りて味を良くしたり、食材の持つ特性を高めたしたりした食べ物のことです。

▼代表的な発酵食品：酒類、みそ、しょうゆ、パン、漬物、酢など

発酵させたらどうなる？

微生物の働きによる発酵は、食べ物にとっていい影響があります。

- ▼発酵の効果
- 1. 食べ物をおいしくする
- 2. 栄養を高める
- 3. 免疫力を高める
- 4. 体の代謝を高める
- 5. 食べ物の保存性を高める