



An Information Magazine for the International Community in Kochi

在住外国人のための生活情報冊子「Tosa Wave」2011年2月・3月号(Vol. 40) 発行:公益財団法人高知県国際交流協会

“Kochi's Original Dishes”

Recently, competitions for local B-grade gourmet have been in fashion across the country. This edition showcases some of Kochi's local grub as chosen by the Tosa Wave editors.

Kochi B-grade Gourmet —Lisa Yasutake, Kochi City CIR Map

Have you ever heard the term “B-kyu” (B-grade) gourmet? Much of local dishes are what we call B-grade, meaning they are not high-class, but rather affordable yet tasty dishes for the common people.

In 2009, Kochi Food Think Tank and Kochi City's Tourism Division held a joint project called “Kochi B-kyu Gourmet Restoration!!” with the idea to invent a new dish representative of Kochi using locally produced ingredients. A contest was held with a noodles division and a *donburi* (rice bowl) division, and “Shirasu ramen” and “Naruko-don” were declared the winners. The two dishes are already being sold in some eateries in Kochi.

Shirasu (whitebait) ramen uses *irijiru*—stock taken from whitebait—for the soup, and toppings differ at each eatery. Some include dried whitebait, fish meatballs, *myoga* ginger, and boiled egg. There are restaurants that also add bonito stock or yuzu citrus zest to the soup. Kochi prefecture is number two in *shirasu* production volume.

Naruko-don is rice topped with colorful ingredients such as eggplant, *shishito* peppers, ginger, and *myoga* (all of which Kochi prefecture boasts the highest production in volume), as well as red and yellow bell peppers, and resembles the naruko clappers used in Yosakoi dancing. Variations include added dried soybean for a crunchy texture or Tosa Hachikin Jidori (local free-range chicken meat). Some places even use rice grown here in Kochi.

If you would like to try out these dishes, check this link listing the places you can find them: <http://www.city.kochi.kochi.jp/uploaded/attachment/5967.pdf> (Japanese)



Map of Kochi



Shirasu ramen



Naruko-don

Momiji (Deer) Burger —Susumu Yoshida for KIA Map



Momiji Burger

Momiji (Deer) Burger was developed to make good use of deer captured to prevent further damage to agricultural products and forests in Kochi. “Momiji”, which means red maple leaves in Japanese, was used as a code word for deer by olden-day monks who were not supposed to eat meat at the time.

Befukyō Onsen in Monobe, Kami City is a place to try out a Momiji Burger in Kochi. They sell the burgers with French fries and *yuzu* (a kind of citrus fruit) juice at the price of ¥530 on Sundays and national holidays.

The hot spring there is open to all visitors. Why not go for a soak and then savor a Momiji Burger for the preservation of Kochi's environment?

Befukyō Onsen Info

Access: Take JR bus at JR Tosayamada Sta. to Ōdochi (about 45 min.), then take city-run bus to Befukyō Onsen Mae (about 35 min.)

Entrance fee to the onsen: ¥600 for adults, ¥1,700 for a bath for families (one-hour use) TEL : 0887-58-4181

Everybody loves our fried sweet potato! - Chihiro Fukuoka for KIA Map

The longest queue at Kochi's Sunday or Thursday market is always at the “Imoten shop”. *Imoten* is fried sweet potato tempura. It may not sound very special, but please try it! You will find it is very different from *Imoten* you would make at home. The sweet potato remains juicy inside the crispy batter, and it's so addictive that once you have started eating it, it is hard to stop. *Imoten* has been popular amongst people of all ages for a long time.

I talked with Ms. Takeuchi, one of the staff at the shop, and she told me that they have been selling *imoten* for more than 30 years. She said that they can use several hundred kilograms of sweet potato for one Sunday market. *Imoten* is popular amongst tourists as well as with the local customers, many of which have been coming to the shop for years. As I interviewed Ms. Takeuchi, the customers queued for the shop in an endless stream, many of them buying three or four bags. There's no denying that *imoten* is a favourite of Kochi people.

I asked Ms. Takeuchi what the secret is behind their *imoten*'s tastiness, and she said it has to be the batter, which has been made from the same recipe for more than 30 years. Enjoy browsing the markets while eating freshly made *imoten* – but take care as it is very hot!

●**Shop:** Agetate Tempura Shop Ohira (Sunday market at Otesuji Street and Thursday Market near the Kochi Prefectural Office)

●**Imoten:** 250 yen per pack (with 5-6 small *imoten*) *Please check vol.17 for information about Sunday & Thursday markets.



Ms. Takeuchi (right) is putting her merchandise in order.



Imoten fried in oil



Imoten just fried

こうち とうち 高知のご当地グルメ

ちかごろ 日本全国でB級グルメのコンテストが盛んに行われています。今回は、数ある高知のご当地グルメの中から編集員の独断と偏見で選んだものをいくつか紹介します。

こうち きゅう 高知B級グルメ維新！！(担当:リサ・ヤスタケ) 地図

B級グルメという言葉をご存知ですか？ご当地グルメにはB級のものが多く、高級ではなく、お手ごろなのにおいしい庶民的な料理のことを指します。

2009年にNPO法人高知の食を考えると高知市観光課が合同で「高知B級グルメ維新！！」という高知の食材を使用し、高知を代表する新しい名物料理を作り上げるコンテストを行いました。蕎麦と丼のふたつの部門で作品を募集し、審査の結果「しらすラーメン」と「なるこ丼」が選ばれました。選ばれたこの2作は高知の飲食店ですでに販売されています。

しらすラーメンにはしらすのいり汁が使用され、トッピングにはジャコ、ジャコすり身団子、みょうが、卵など、お店それぞれのアレンジがあります。また、スープにカツオだしやゆず皮の風味をプラスしているお店もあります。高知県はしらすの生産量全国2位です。

なるこ丼は、高知での生産量が全国1位であるナス、シシトリ、生姜、そしてミウガに加えて赤や黄色のパプリカといった色とりどりのトッピングが乗っており、よさこいの鳴子をイメージしています。乾燥大豆の食感をプラスしたり、土佐はちきん地鶏も乗せたり、高知産のお米まで使用するお店もあります。

しらすラーメンとなるこ丼が食べられるお店は下記リンクで見られます。ぜひお試しあれ！

<http://www.city.kochi.kochi.jp/uploaded/attachment/5967.pdf>



高知県地図



しらすラーメン



なるこ丼

もみじ(鹿)バーガー (担当:吉田 達) 地図



もみじバーガー

鹿肉をハンバーガーにするのは、高知県では鹿による農作物・森林被害が深刻で、その駆除により捕獲された鹿肉の有効利用のためです。鹿は「もみじ」に例えられますが、これは昔、肉食を禁止されていた僧侶などが鹿を「もみじ」と称していたことに由来します。

この鹿肉のハンバーガーを提供しているのは香美市物部にある「べふ峡温泉」です。日曜・祭日限定で、フライドポテトと柚子ジュース付きで530円で販売されています。今度の日曜日は、日帰り入浴も可能なべふ峡温泉に浸った後、もみじバーガーをいただきながら高知の自然環境について考えてみませんか？

べふ峡温泉情報

アクセス: JR土佐山田駅よりJRバスでおおだげしやくふんおおだち(約45分)、大栃より市営バスでべふ峡温泉前下車(約35分)

日帰り入浴: 大人600円、家族風呂(1時間利用)1,700円 TEL:0887-58-4181

みんな大好き！名物「いも天」(担当:福岡千尋) 地図

日曜市と木曜市でいつも行列ができるお店、そう！それは「いも天」のお店！いも天とはさつま芋に衣をつけて天ぷらにしたものです。なあんた、お家でも作ってよく食べる、なんて言っている方。試しに食べてみて！かりかりさくさくふんわりな衣の中からもっちりほくほくお芋がでてくる、1個食べたらずいぶん、子供から大人まで大人気ロングセラー。

お店の武内さんから話を伺ったところ、30年くらい前から日曜市・木曜市でお店を出し、日曜市では何百キロのお芋が使用されるそう。長年のファンもたくさんいて、まさに地元の人気者！取材の最中もひっきりなしにお客さんが3袋、4袋と買っていきます。こっそり美味しさの秘密を聞いてみたところ、創業当初から変わらないほんのり甘い衣だそう。すべてが手作りの熱々いも天を食べながら、市場歩きを楽しみませんか？

お店: あげたて天ぷら 大平商店(日曜市・木曜市)

いも天: 1袋250円(小さいいも天5~6個入)



商品を並べる武内さん(右)

日曜市・木曜市については17号をご覧ください。



調理中のいも天



揚げたてのいも天

Ryoma Burger – Steven Yuen, Kencho CIR Map

How can Tosa Wave do an issue on local grub and not feature something *katsuo* (bonito) flavoured? We can't! At 5019 (pronounced go-in-gu) is the mega "Ryoma Burger". Measuring up to 20cm in height and 15cm in width, it is a burger not to be challenged by the faint-hearted.

Inside the bun you can find lettuce, tomato, eggplant, fried egg, meat patty, cheese, green capsicum and tuna made from *katsuo*. To eat it they recommend squashing it with the foil it's served in. Definitely not recommended on a date.

Their inspiration for the burger is said to have come from Ryoma's tall frame and of course, his big ambitions.

You can try this and many other menus at 5019, to the west side of Central Park in Kochi City.

"Saba-ga-" from Tosashimizu – Chihiro Fukuoka for KIA

Of Kochi's mackerel, Shimizu mackerel or Shimizu *saba* is the most famous.

Blue mackerel, which is caught and offloaded at Tosashimizu Port, is branded as "Shimizu Saba". Creatively, they made a burger out of this fresh *saba*! This wonderful idea was the fruit of three local ladies in Tosashimizu City who were responsible for inventing a local specialty for the area, which became a hit at a local bakery. The name "Saba-ga-" came from combining *saba* and "burger" (*ba-ga*).

Fried *saba* is dipped in soy sauce with ground ginger and garlic, with homemade pickles, mayonnaise and lettuce sandwiched between buns. It's hearty and the combination of bread and *saba* is good! For a double patty the price is ¥380, which can be pronounced "sa ba" in Japanese. What an artful pun! (A single-patty burger is ¥200)

This burger has been made with the love and enthusiasm to enliven Tosashimizu and to provide mothers with something for the kids to consume that is healthy and safe. It is well and truly worth the travel to go to Tosashimizu just for this burger.

●Shop: Bake Shop Pommier
1-16 Tenjin-cho, Tosashimizu City
Tel: 0880-82-0143
(orders by phone available if you're afraid of it selling out)

●Tosashimizu is located at the southern most point of Shikoku. Famous tourist places are Cape Ashizuri and Kongofuku-ji Temple which is the 38th temple on the Shikoku 88 pilgrimage. Also, it is known as the birth place of John Manjiro, who is one of the most famous historical people. There are many other attractions too. (Around 3 hours from Kochi City by car) Map

Shiokaze Burger –Susumu Yoshida for KIA Map

The "Shiokaze Burger" is made from ground dolphinfish (or mahi-mahi/dorado). In Kochi, dolphinfish are caught mostly in summer and are hard to keep fresh. A limited 20 dolphinfish burgers are sold at ¥400 each from around 10 am every Sunday at Yasuragi Market at the Michi no Eki (roadside station) in Yasu, Konan City. Besides dolphinfish, everything from the sliced tomato, chopped *rakkyo* shallots and the buns are locally produced. The tastes of Konan city can be enjoyed in one Shiokaze Burger.

Michi no Eki Yasu TEL : 0887-57-7122

Access: Get off at Yasu Sta. on the Gomen-Nahari Line, Tosa Kuroshio Railway, and you'll find it in front.

Dappan Dog – Steven Yuen, Kencho CIR

Dappan Dog! What the!?

I've written about Ryoma's Dappan before (vol.33) but I'll explain again here in case you have for some unfortunate reason missed out on that issue.

Dappan was the 'crime' Ryoma committed when he exited the Tosa Domain without permission in 1862 to expand his horizons. Dappan Dog is a hot-dog dedicated to this man's heroism (but in fact bear no relation whatsoever to it).

The Dappan Dog is a hot-dog made from amberjack (*kampachi*) *tempura* topped with sea-bream (*tai*) miso. By the way, did you know it is unique to Kochi to refer to deep fried fish cakes as *tempura*?

Get this, and their version of the Ryoma Burger at the Susaki IC rest stop, only on weekends! Map



龍馬バーガー (担当:スティーブン・ユイン) 地図

「ご当地グルメ」という特集をやるなら 鯉グلمを紹介しなくてはならないと思います。それでは、5019というお店でがっつり食べられる「龍馬バーガー」を紹介しします。高さ 20cm・幅15cm と迫力のある大きさはびくびくする人にはお勧めできません!

中にはたまごや、なな、中、卵焼き、ハンバーグ、チーズ、ピーマン、そして 鯉 からできたツガパンズで挟まれています。召し上がる際に包んだアルミホイルを使って潰したらいいでしょう。ただ、デート中での召し上がりは遠慮ください。

龍馬バーガーの由来は龍馬の長身からきたと言われますが、彼の大きな志 も影響の一つだと言われます。

5019には他のメニューもありますので、ぜひチャレンジしてみてください。(中央公園の西側)

土佐清水のご当地バーガー「さばあーガー」 (担当:福岡千尋)

高知のサバといえば土佐清水の清水サバです。

清水サバとは土佐清水港に水揚げされる「コマサバ」を土佐の清水サバとしてブランド化したもの。この新鮮な清水サバをなんと! バーガーにしてみました。地元の主婦3人によって「街自慢の一品を」と考案され、土佐清水市内のバーガーで販売中。その名もサバとバーガーで「さばあーガー」。

揚げたサバを、ショウガとコンニクをすりおろしたしょうゆペースのソースに絡め、自家製ビュッス、マヨネーズ、レタスとともにパンズに挟めば出来上がり! ホリューム満点! パンとサバの愛称も抜群! サバ 2枚を挟みこんだダブルバーガーの価格はサバにちなんで380円。洒落もきいてる! (シングルバーガーは200円)

街を元気にしたいという地元の人たちの熱意と、安心して食べられる、子供に食べさせたいというお母さんの優しさのこもったバーガー、わざわざ足を延ばして食べに行く価値あり!!

販売: バイクショップ ポミエ

土佐清水市天神町1-16 Tel:0880-82-0143 (売り切れ御免! なので、電話予約もできます)

土佐清水、四国の最南端に位置し、観光名所としては足摺岬、四国88箇所巡り 38番札所である金剛福寺、またジョン万次郎の生まれた地としても有名で、見どころいっぱい。(高知市周辺から車で約3時間) 地図

潮風バーガー (担当:吉田進) 地図

潮風バーガーは、シラのミンチを使ったハンバーグです。シラは高知では特に夏場に獲れる魚ですが、鮮度が落ちやすいのが特徴です。香南市にある「道の駅やす」内の「やすらぎ市」で、日曜日の朝10時ごろから限定20個、1個400円で販売されています。

シラの他に地元で採れたスライスマトと刻みラッキョウも使用し、パンズも地元産です。香南市の味を一度に楽しむことができます。

「道の駅やす」 TEL:0887-57-7122

アクセス: 土佐くろしお鉄道ごめん・なはり線夜須駅下車 すぐ

脱藩ドッグ (担当:スティーブン・ユイン) 地図

脱藩ドッグってな～に?

前(33号)にも龍馬の脱藩について説明しましたが、どういう訳か読み逃した方にもう一度説明させていただきます。

脱藩というのは文久2年(1862)に龍馬が新天地を求め、土佐藩を許可なしで脱出したことを指します。脱藩ドッグはその志を称賛するホットドッグなんです。実際に何も関係ありません。

脱藩ドッグはかんぱちのすり身を天ぷらにして、鯛みそのソースを加えたホットドッグです。ちなみに、県外のじゃこ天というものは高知で「天ぷら」と呼ぶのです。

脱藩ドッグとまた別味の龍馬バーガーは須崎Cの道の駅「かわうその里さき」に週末限定で販売しております。

Nabeyaki Ramen –Asato Kadota for KIA Map

Don't you feel like having some hot food on a cold day? "Nabeyaki ramen" is a good food to warm you up. Nabeyaki (meaning: hot pot) ramen is a local specialty in Susaki city, located to the west of Kochi. The soup is chicken broth with soy sauce, and the noodles are hard and thin. Usually the ingredients are very simple: spring onion, *chikuwa* fish rings and raw egg. In addition, *takuan* (Japanese radish pickles) is always added as a side menu. Above all else, the bowl of the Nabeyaki ramen is most characteristic. Usually ramen is eaten from a regular bowl, but Nabeyaki ramen is served in a hot *donabe* (clay pot). Nabeyaki ramen is cooked on the stovetop and all the ingredients are simmered in the clay pot, then served to your table while it is still boiling. The pot keeps the ramen hot while you are eating.

Most people order rice with ramen because the soup matches rice very well. Nabeyaki ramen buffs would often put rice into the rest of the soup, and eat it like *zōsui* (Japanese porridge). Try it sometime!

There are over 40 restaurants of Nabeyaki ramen in Susaki. "Hashimoto shokudo" and "Mayumi no mise" are very famous among them. However you might want to find your favorite one from the lot because the tastes and ingredients are different at each restaurant.



Prik-kees –Lisa Yasutake, Kochi City CIR

This tasty condiment is made from adding the essence of spicy little peppers used often in Thai cooking called *Prik-kee-noo* to Kochi's *yuzu ponzu* sauce. The spicy *prik-kee-noo* and sour *yuzu ponzu* mesh like peanut butter and jelly, and the sauce goes surprisingly well with many foods. It can be used in a variety of ways, such as dip for hotpot (or just as a kick to your usual dip), sauce for *gyoza*, on fish dishes, mushroom dishes, fried foods, and as salad dressing. My favorite is pouring it on steamed thin-sliced pork and cabbage. The possibilities are endless! There are three levels of spiciness offered so that more people can try it. The best thing is, it is made locally by a Kochi based company.

You can find Prik-kees at SUNNYMART supermarkets and souvenir shops. For more info and recipe ideas, visit:

<http://www.prikkeenhu.com/index.htm> (Japanese).

Event

Special Exhibition "Toys of the Past - Shigeru Yamasaki's nationwide toy pilgrimage" Map

Shigeru Yamasaki, a resident of Kochi city, has been collecting toys from around the country since 1968. He now has as many as 12,000 items in his collection. Yamasaki has donated to us olden-day toys from the Tosa region, and to mark this event, we are holding an exhibition of the toys. In this exhibit, there will be a display corner showcasing the individuality of toys from every region around the country. Also, in line with the year of the rabbit and events around the time of the exhibition, we have set up theme-based corners such as Hinasama dolls, among others. There will also be a display on Yamasaki's toy-collection tales over the years. Come and enjoy the charm of toys from Japan's past.

Date: 9am~5pm everyday until Sun. 6th Mar
(last entry 4:30pm)

Place: Kochi Prefectural Museum of History
(1099-1 Yawata, Oko-cho, Nankoku City)

Fee: ¥500 (¥400 for groups of 20 and over)

Inquiries: Kochi Prefectural Museum of History
TEL:088-862-2211



Akiba Festival Map

This event boasts a history of over 200 years, and is one of Kochi's 3 great festivals. A total of about 200 people participate in this event, making their way up mountain paths. "Torige-bo", 7m-long poles adorned with feathers are thrown high into the air, caught, then thrown back and forth between 2 performers. This normally quiet town comes to life on this special day.

Date: February 11th (Fri) **Place:** Besshi, Niyodogawa Town

Access: 1hr 40mins by car from Kochi City along Route 33

Inquiries: Niyodogawa Town Office TEL: 0889-32-1113

鍋焼きラーメン (担当: 門田麻里) 地図

寒い日にはあったかいものが食べたくありませんか？そこでオススメしたいのが「鍋焼きラーメン」。高知市の西に位置する須崎市で生まれたご当地ラーメンです。スープは鶏がらベースのしょうゆ味。麺は硬めの細麺。ネギ、ちくわ、生卵など、具材はいたってシンプル。そして付け合わせに必ずついてくるお漬物。とりわけ特徴的なのが「器」です。一般的なラーメンの器は丼ですが、鍋焼きラーメンの器は熱された土鍋。土鍋を火にかけ、スープ、麺、具材を入れて調理されます。そしてできあがると熱々の土鍋のままテーブルに運ばれてくるのです。土鍋のおかげで食べている間もスープが冷めにくく、最後までおいしい熱々のラーメンが食べられるというわけです。

また、多くの人がラーメンと一緒にご飯を頼みます。スープとご飯の相性は非常に良く、麺を食べた後にご飯をスープの中に入れて、雑炊のようにして食べるのが「通」の食べ方。ぜひ挑戦してみてくださいね！

須崎市には鍋焼きラーメンのお店が40軒以上ありますが、中でも有名なお店は「橋本食堂」や「まゆみの店」でしょう。同じ鍋焼きラーメンでもお店によってスープや具材に違いがあるので、お気に入りの1軒を探して食べ歩いてみるのも楽しいかもしれませんね。

高知発こじちゃん楽しい調味料「ブリックス」(担当: リサ・ヤスタケ)

この長い名前をもつ調味料は、高知のゆずが「酢」にタイ料理でよく使われるブリックスという小さな青唐辛子のエキスを加えたものです。辛いブリックスとすっぱいゆずが「酢」の相性は抜群で、いろんな食材に合います。ブリックスは多様な使い方ができ、例えば鍋の付けダレとして(もしくはいつもの付けダレのアクセントに)、餃子の外、お魚料理、きのこ料理、揚げ物、サラダのドレッシングなどに使えます。私のおすすめは豚肉キャベツ煮しにかけることです。無限の可能性があります！たくさんの人に試してもらえよう、「激辛」「ハまる辛」「ほのから」と辛さは三段階あります。ブリックスの一番いいところは、高知の企業によって高知で作られているということだと思います。

サニーマート各店とお土産屋さんで取り扱われています。ブリックスの歴史やレシピのアイデアは下記リンクまで: <http://www.prikkeenhu.com/index.htm>

イベント

企画展「昔のおもちゃ博物館～山崎茂さんの全国郷土玩具行脚～」地図

高知市にお住まいの山崎茂さんは昭和43年から全国の郷土玩具を集めてこられました。その数は約12,000点にもなります。このたび、山崎さんから土佐の郷土玩具が当館に寄贈されるのを記念しまして企画展を開催します。今回の企画展では、全国各地の郷土玩具コーナーを設けて、各地の個性豊かな郷土玩具を展示します。また、平成23年干支のウサギや会期中の時期にあわせたおひなさまなどテーマ別コーナーも設けます。山崎さんの収集の北リッドもまじえて、郷土玩具の魅力にせまりたいと思います。

開催日時: 3月6日(日)まで毎日 9時～17時(入館は16時30分まで)

開催場所: 南国市岡豊町八幡1099-1 県立歴史民俗資料館

料金: 500円(団体20人以上400円)

問い合わせ: 県立歴史民俗資料館 電話088-862-2211

Eメール rekimin@kochi-bunkazaidan.or.jp

秋葉まつり地図

200年以上続けられている歴史ある祭りで高知の3大祭りに数えられている。総勢約200名が3kmの山道を練り歩き、その中でも長さ7mの鳥毛棒を二人で渾身の力で高く投げ合う「鳥毛ひねり」は静かな山里を大いに沸かせる。

開催日: 2月11日(金) **場所:** 仁淀川町別枝

アクセス: 高知市から国道33号を車で約1時間40分

問い合わせ: 仁淀川町仁淀総合支所 TEL: 0889-32-1113