

## やまがた口福めぐり

「山形市」には、まだまだ私たちの知らない「顔」がある。

気候風土に合わせて発展してきた山形市のグルメは、麵を中心に独特で、豊か。

「食」の観点から、山形観光の「口福」を探ってみる。

山形市の食文化を語る上で欠かせないのは、「ラーメン愛」。

世帯あたりのラーメン消費額は全国一位。

寒い冬には温かいラーメンで温まり、暑い夏には冷やしラーメンで涼をとる。

多様なスタイルで楽しめる山形は、まさに「ラーメンの聖地」。

そんな麵類大好きな山形で、さらに昔から愛されてきた「蕎麦」。

ほのかな甘味とすっきりとした味わいの「寒晒し蕎麦」は、江戸時代の文献から復活させた製法。大寒に水につけ、立春にあげて寒風で乾燥させる。すると上質な蕎麦を夏にも楽しめる。他にも、天保時代の品種を復活させた「天保そば」など、美味しい蕎麦を四季折々で楽しめる工夫がされてきた。

山形では、蔵王連峰の良質な水脈に恵まれ、江戸時代から「日本酒」が造られてきた。

キレのある辛口を特徴とし、すっきりとした後味が残る「男山酒造」。

フルーティな香りと、キレの良い爽やかな飲み口を両立させている「秀鳳酒造」。

華やかな香りと上品で深い味わいがある「寿虎屋酒造」。

約300年の間、風土を生かした酒造りが受け継がれている。

言わずと知れた高品質な山形のフルーツは、山形盆地の寒暖差がもたらした、自然の恵み。

生産量日本一のさくらんぼだけでなく、桃、キウイ、りんご、ぶどうと多様なフルーツが、美味しく育てられている。

国内有数の品質を誇る「山形牛」。

四季がはっきりとした気候と、肉牛に欠かせない清らかな水のもと、手間ひまかけて育てられます。

この環境が、きめ細かく美しいサシ（霜降り）が入った極上の肉質となる。

肉といえば、ジンギスカンも外せない。一説には、日本のジンギスカン発祥の地は蔵王なんだとか。

羊肉ならではの香りと甘味を感じる分厚い肉を、少し辛味のあるタレと合わせて食べると、他の料理では味わえない旨みが口に広がる。

山形の食文化が発展した背景には、最上川を利用した舟運が関係していることが多い。

多くの郷土料理が、舟運をきっかけに発展した商業や、入ってきた荷物と地元食材の掛け合わせによって生まれている。

例えば、芋煮は舟運の積荷だった棒鱈と、地元の食材を煮て食べたのが始まり。醤油ベースの出汁は、牛肉の旨みが溶け出して、ホクホクの里芋によく合う。

水と気候と歴史。

なにより、人の情熱が育み、重なりあってきた豊かな食文化に触れると舌も心も満たされる、口福の瞬間に巡り合うことができる。



ラーメン愛  
文化として根付く

## ラーメン

山形市の食文化を語る上で欠かせないのは、「ラーメン愛」。世帯あたりのラーメン消費額が全国一位で、多くの名店がしのぎを削っています。山形のラーメンは決まった一つのスタイルではなく、店ごとのこだわりがあり、「多様性」が魅力です。さらに山形では、「来客があれば蕎麦やラーメンを頼む」のが山形流。日常のごちそうとして、麺文化が暮らしに根付いています。温かいラーメンはもちろん、暑い夏には涼をとるために山形発祥の冷やしラーメンまで登場するんです。



「王国」の味覚

## フルーツ

言わずと知れた高品質な山形のフルーツもまた、盆地の寒暖差がもたらした、自然の恵みです。盆地で寒暖差があると糖分がよく蓄えられるそうです。生産量日本一のさくらんぼだけでなく、ラ・フランス、桃、キウイ、りんご、ぶどうと多様なフルーツが、ここ山形で美味しく育てられています。

color 06

## やまがた口福巡り

山形市の食文化は、他のどの地方にもない独特で多様な発展をしてきました。その中心となったのは、蔵王山系の水源を中心とした豊かな水や自然と、夏は暑く、冬は寒い寒暖差のある盆地特有の気候です。果物も、野菜も、お肉も、お酒も、そして山形の食文化を象徴する「麺類」も。多様な山形の食文化についてご案内します。



## 最上川と食文化

そんな山形の食文化が発展した背景には、最上川を利用した物流で、上方（今でいう大阪や京都）や江戸と物資運搬をつなぐ「舟運」という重要な役割が関係しているんです。例えば、芋煮は舟運の積荷だった棒鱈と、地元の食材を煮て食べたのが始まり。醤油ベースの出汁は、牛肉やねぎなどの旨みが溶け出して、ホクホクの里芋によく合います。まだ食べたことがない人は、ぜひ、召し上がってみてください。他にも、玉こんにゃく、だしなど郷土料理が、舟運をきっかけに発展した商業や、もたらされた品々と地元食材の掛け合わせによって生まれています。まさに、最上川が運び、生み出しているのがここ、山形の食文化なんです。



川が運んだ  
物流と文化

## 蕎麦

麺類大好きな山形で、古くから愛されてきたのが「蕎麦」。ほのかな甘味とすっきりとした味わいの「寒晒し蕎麦」は、山形の蕎麦職人が、江戸時代の文献から復活させた製法です。蕎麦の実を大寒に水につけ、立春にあげて寒風で乾燥させると、上質な蕎麦を夏にも楽しむことができ、当時から重用されていたんだとか。他にも、天保時代の古い品種を復活させた「天保そば」や、「冷たい肉蕎麦」も大人気。山形市には、細打ちの更科から太打ちの田舎そばまで、多彩な蕎麦店が集まっています。これは、より美味しい蕎麦を追求する中で、山形独自の多様な蕎麦文化が育まれてきた歴史を物語っています。



伝統の麺類

## 日本酒

蕎麦や、郷土料理と合わせて楽しみたいのが、山形市の日本酒。水がよく、農作物が美味しく育てば、当然お酒も美味しくなりますよね。山形市では、多様な味わいの各酒蔵・銘柄が共に切磋琢磨しながらその味を磨き続けています。そんな、山形のお酒の多様性を体感できるのが、「やまがた酒巡り Chetto」。ワンコインで3種類の日本酒やワインを試飲できる施設です。旅の始まりや途中で「ちゅっと（山形弁で“ちょっと”の意味）」寄って、自分の好みと出会うきっかけにしてみてください。



清流の街の  
真骨頂

〒990-0827 山形県山形市城南町一丁目1番1号  
霞城セントラル1F（やまがた観光情報センター内）

## 山形牛

「山形牛」は国内でも有数の品質を誇る肉牛です。その美味しさの秘訣は、やはり四季のはっきりとした気候の中で育てられることにあります。そして、意外にも肉質に大きく関係するのが水なんです。実は、一日に数十リットルの水を飲む肉牛。そんな肉牛にとって清らかな水は健やかに成長するために欠かせない要素。だから山形牛は、肉質がきめ細かく、美しいサシが特徴の美味しいお肉に育つんです。噛まなくても口の中で溶けるような味わい・口当たりは、芋煮にも欠かせない存在です。



世界に誇る和牛



発祥の地  
ここが