



ちばの食魅力発見！

館山市に伝わる

「ごんじゅう」

歴史や文化を伝える 郷土料理



地域ならではの素材を活かし、味わい深く独特で伝統的な料理法により、風土にあった食べ物として作られ受け継がれる郷土料理。

このコーナーでは、千葉県の温暖な気候と肥沃な大地、豊かな海に恵まれた地の利を活かして、私たちに脈々と受け継がれる郷土料理のレシピを紹介しています。

今回は、各家庭で母から娘へ、姑から嫁へと受け継がれてきた、館山市に古くから伝わる郷土料理、「ごんじゅう」を紹介します。



ごんじゅう

「ごんじゅう」は、豚バラ肉と油揚げを甘辛く煮て、ご飯に混ぜたおにぎりで、館山市地域で古くから食されてきた郷土料理です。

古くより、旧暦10月は、全国の八百万（やおよろず）の神々が出雲の国に集まる月とされており、各地で神々が留守になる神無月に、安房国からも出雲神社へお参りに出かける方々の安全を祈り、出発時に食されたと言い伝えられています。

また、そのお役目を果たし、無事に帰ってきた時も同様、皆で食べたそうです。

「ごんじゅう」の名の由来は、氏子（うじこ）の代表の手の五本指を合わせて握った、5本×2＝10で「ごんじゅう」とつuitたとされています。

現在では、秋祭りである鶴谷八幡宮例大祭「やわたんまち」の御輿担ぎの若衆に振る舞われているだけでなく、日常食としても通年食されています。



※出展：農林水産省webサイト

https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/gonjuu_chiba.html

「やわたんまち」は、1,000年以上も続く歴史ある伝統的な行事で、安房地方でもっとも大きな秋祭りです。安房各地から11基もの御輿が繰り出され、御輿を担ぐ人の数も相当数にのぼります。

「ごんじゅう」はそんな大勢をもてなせる料理であり、その上、十分加熱した具材を使うため食中毒予防にも効果的な食材です。

準備する物 (3人分)

米・・・3合
豚バラ肉・・・250g
油揚げ・・・3枚
かつお節・・・25g



水・・・65 cc
砂糖・・・25g
醤油・・・40 cc
酒・・・10 cc



作り方



1 米をとぎ、炊きます。
かつお節を揉んで、細かくしておきましょう。



2 沸騰した鍋に油揚げを入れ、油抜きをし、冷めたら軽く押して水分を抜きます。



3 水抜きした油揚げは、四方のふちを切り落とし、2 cmの短冊切りにします。



4 豚肉は約 1cm 角に刻みます。



5 鍋に、酒・砂糖・醤油・酒を入れてひと煮立ちしたら豚肉を入れます。



6 豚肉の色が変わったら、油揚げ・かつお節を加えます。



7 油揚げ・かつお節を加えたら、汁がなくなるまでまんべんなくかき混ぜます。



8 ご飯をボールに移し、熱いうちに、**6**の具材を加えしゃもじで切るように混ぜます。



9 混ぜあがったら、おにぎりにして、できあがり♪