

至福井縣的交通方式



新幹線、鐵路

【由東京出發】
 (所需時間: 東京~福井 約3小時10分鐘)
 從東京車站搭乘北陸新幹線「光輝號 (Kagayaki)」可最快抵達。
 此外, 也可搭乘東海道新幹線「光號 (Hikari)」, 至米原車站轉乘北陸本線特急「白鷺號 (Shirasagi)」(在敦賀車站轉車)。
 從敦賀車站到福井車站則搭乘北陸新幹線「劍號 (Tsurugi)」或Hapi-Line Fukui。
 往小濱方向則可在敦賀車站轉乘小濱線。

【由名古屋出發】
 (所需時間: 名古屋~福井 約1小時42分鐘)
 搭乘名古屋~米原間的東海道新幹線, 至米原車站轉乘北陸本線特急「白鷺號 (Shirasagi)」可最快抵達(在敦賀車站轉車)。
 從敦賀車站到福井車站則搭乘北陸新幹線「劍號 (Tsurugi)」或Hapi-Line Fukui。
 另外, 如果從名古屋車站搭乘特急「白鷺號 (Shirasagi)」, 則無需轉乘即可抵達敦賀車站。

【由大阪出發】
 (所需時間: 大阪~福井 約1小時52分鐘)
 可搭乘大阪~敦賀間的特急「雷鳥號 (Thunderbird)」。
 從敦賀車站到福井車站則搭乘北陸新幹線「劍號 (Tsurugi)」或Hapi-Line Fukui。

飛機

石川縣的小松機場是對空出入口。
 國際線可往返首爾、上海、台北, 國內線可往返東京、札幌、福岡、沖繩。
 小松機場至福井車站之間有接駁巴士運行。(所需時間: 約1小時)
 此外, 也可從小松機場搭乘公車或計程車前往小松車站, 再搭乘北陸新幹線前往福井。

國道客運

名古屋~福井、大阪~福井區間白天有客運行駛。全部座位皆為需預訂的對號座位。

掃描QR碼以瀏覽
 福井縣的觀光資訊與詳細交通方式



觀看視頻, 瞭解更多!



食の國ふくい 美食王國福井

發行/福井縣農林水產部流通販賣課
 福井縣福井市大手3丁目17-1
 電話+81-776-20-0421/傳真+81-776-20-0649

(上述資訊皆為2025年3月最新資訊)
 2025年3月製作



食の國 ふくい

美食王國福井

來自日本 福井
 安心安全
 美味的食物

来る人も
 住む人も
 しあわせ福井
**FUKUI
 HAPPINESS**
 福井県



「美食王國 福井」的故事

擁有自然環境恩賜的 美食寶庫

氣候

四季分明，一整年都有豐富的降雨量，入冬之後又有大量積雪。福井縣許多地區都受群山環抱，特色為春秋兩季早晨與夜間的溫差極大，這樣的溫差特性也孕育出美味的農作物。

名水

靈峰白山的支脈與橫貫福井縣的九頭龍川等水源豐富，口感圓潤。福井縣內有許多湧泉與地下水，皆以美味而獲得肯定。其中，位於大野市（縣東部）的名水「御清水」，至今仍是居民熟悉的生活用水。

風土

位於本州大致中央處，西側為日本海，東側為標高1000公尺以上的山稜連綿山區，其間分布著廣大的田園風景。生產者經過許多用心和努力，配合土地培育土質，調整出適合農作物的優質土壤。

食材

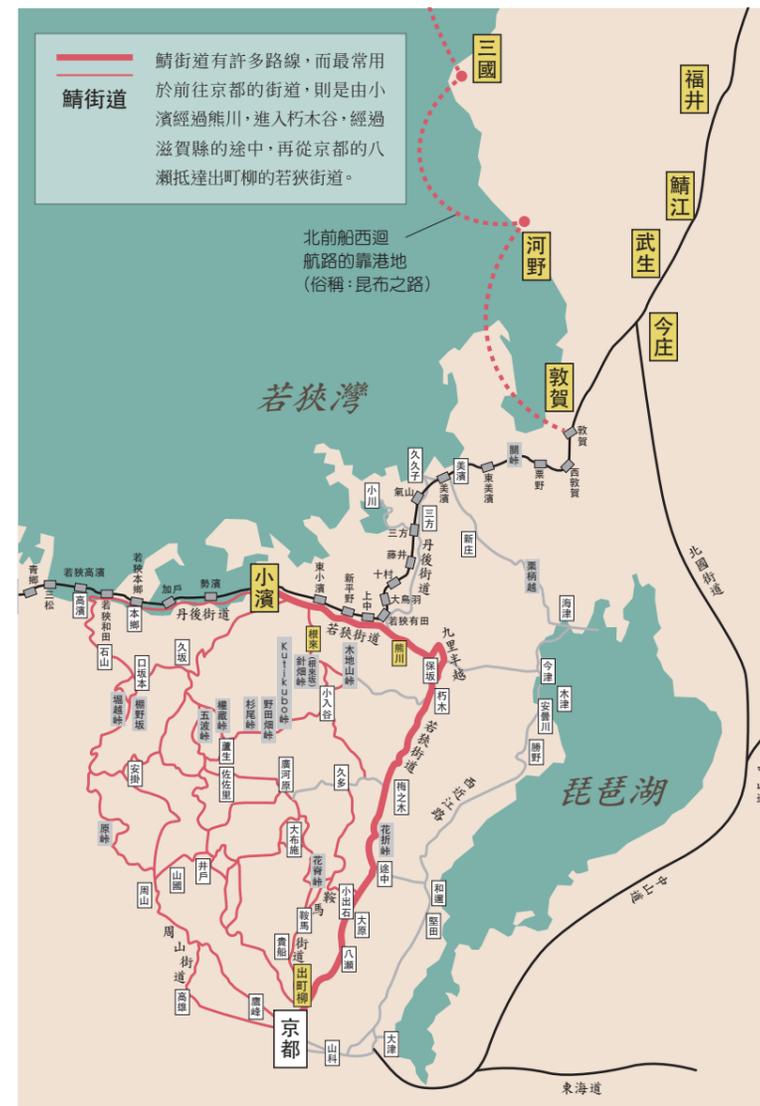
福井縣擁有海、山、田園，各種物產豐富。縣內全區皆有栽培以越光米為首的稻米，另外以名為越之紅寶石的中型番茄為代表，種植了地瓜、哈密瓜、西瓜、辣萵、小芋頭、梅子等多種蔬菜與果樹。此外，日本海不僅有以越前蟹、甜蝦為主的豐富海產，也盛行福井鮭魚和若狹河豚、若狹牡蠣等養殖業。



支撐都會美食文化的「御食國」

御食國若狹

縣南部的地區名為「若狹」，此地區從距今超過1,000年前（西元700年代時期），就被稱為「御食國」。古都奈良、京都指定需提供供奉神明和獻給天皇的食物「御贄（貢品）」的若狹地區，將現撈上岸的新鮮海產類，經由若狹街道（俗稱：鯖街道）運往古都。



北前船

福井縣的港口（三國、河野、敦賀、小濱），進入西元1700年代時期之後，成為貿易船北前船的靠港地，作為將物資運往京都的中繼點而熱鬧不已。每次靠港時，都將北海道和東北地區等來自全國日本各地的食材、物資與文化堆滿在北前船上，運往下一個靠港地。



福井的米

【產地】縣內全區 【收成時期】8月~10月



以豐富水源和優質土壤培育出福井自豪的米。

有句話說「越山若水」，就是用來稱讚越前綠意豐富的群山和若狹清澈的流水，正如同「越山若水」一詞所述，這塊土地孕育出多樣化的食材。

這次介紹的福井米，受惠於從群山流出的多條河川所孕育而成的肥沃土壤，加上豐富的水源，在縣內各地栽種，獲評定為具備一級品的美味水準。

首先介紹的是，種植稻米不可或缺的「水」。例如縣內第一的米鄉「福井、坂井平野」，就是拜「九頭龍川」的水源所賜而盛行生產農作物，這條河川也是在釣客之間出名的「櫻鱒聖地」，匯集了從位於福井、石川、岐阜縣境的白山連峰融化的雪水後，流經縣內的第一大河流。水質清涼的豐富水源，也作為農業用水來使用。近年來，由於農

業用水路的管線化發展，而得以大量利用這樣的清涼水源。如此降低了農業用水的溫度，可望進一步提升米的品質與美味。

接著，是可以視為農業生產根基的土質培育。即使擁有肥沃的土壤，經過長年生產農作物之後，植物所需的成分也會減少。為了防止這個情形發生，生產者必須持續培養土壤，讓後世能夠繼續使用。例如調查土質內部成份，補充不足的營養，添加養土的肥料，力求提升土地耕作能力等，花費時間與心思栽培出優質的土壤。此外，不僅是米而已，就連蔬菜、果樹等農作物，也必須在生產者的努力不懈之下，培養出適合農作物的土質。

在這個越光米起源地，
「一譽米」誕生了！！



福井縣農業試驗場所孕育出的
全新品種備受關注！！

福井縣身為全國知名米鄉，讓其一躍成名的特產品，當然就是「越光米」了。如今已成為美味稻米的代名詞，在全國各地都有生產，但其起源地是在福井縣。

越光米在1956年誕生，為長年以來品種改良的成果。福井縣農業試驗場以水稻為首，針對麥子、大豆、蔬菜、果樹等作物，開發高品質且穩定的生產技術，是支援整個福井縣農業的機關。在越光米誕生之後，仍然持續進行品種改良，以越光米為基礎，經過各種研究開發，已有花越前米與秋盛米等超過40個品種誕生。



■ 美味的特徵

絹布般的白晰度與光澤度
在口中散布開來的柔和甘甜味
顆粒感與黏稠度的最佳平衡

超過越光米的美味口感，
成為備受關注的全新品牌米。

2018年度，由福井縣農業試驗場培育出的全新品種「一譽米」開始正式生產。這宛如奇蹟般的稻米，是由孕育出越光米的福井縣集結其技術，自20萬個米種之中精心挑選出來的。在食品口味調查中，「100個人之中，有70人認為比基準米更加美味」，評分值達到0.70，而白飯的黏稠度與軟硬度、成分等也經科學佐證，具有超出越光米的美味口感。受到日本稻米業界關注的品種，敬請期待。

以越之國為首，閃耀於全國的稻米。

越光米

越光米是在1956年，於福井縣農業試驗場誕生。名稱寄託了祈求在越之國閃耀光輝的期望，而得此名。品種開發的核心人物石墨慶一郎，除了越光米之外，也孕育出許多品種。

現在，全國各地都有栽培越光米，而自越光米衍生出來的品種（子孫）也相當多。「一見鍾情米」、「秋田小町米」、「Hae-nuki鄉土米」、「七星米」等名稱，不知是否曾有所耳聞呢？



想要品嚐最早上市的新米，就選這種。

花越前米

花越前米是在越光米誕生35年之後問世，由於比越光米更早開花結果，而得此名。

採收時期比越光米更早，希望儘早吃到美味福井米新米的饕客，對這種米相當肯定。

2016年，在福井縣內的耕作面積僅次於越光米，排名第2，超過總產量的20%。以關西為中心，出貨範圍廣達中京與關東地區。

炊煮完成時透著白色的光澤，成為集結了「白晰、最早上市、美味」三大要素的米。



越前蘿蔔泥蕎麥麵

【產地】縣內全區 【收成時期】7月、10月~11月



越前蘿蔔泥蕎麥麵通常會佐上蔥花和柴魚片。風味香郁的蕎麥麵，與微辣的白蘿蔔泥十分對味。

生長於良好的環境，擁有歷史與傳統的福井縣傲人美食——越前蘿蔔泥蕎麥麵。

「越前蘿蔔泥蕎麥麵」是福井的代表性飲食文化之一。雖然只是蕎麥麵佐蘿蔔泥的樸實料理，但口味深奧，更是備受注目的長壽餐點。這次要為大家解說越前蘿蔔泥蕎麥麵的美味歷史。

蕎麥麵擁有悠久歷史，自8世紀時期，由大陸經過朝鮮半島傳至日本，據說是在奈良時代開始食用。當時的食用方式並非現在的麵狀，主要是將蕎麥粉加入熱水製成「蕎麥餅」和「蕎麥丸子」。據說呈麵狀的「切蕎麥」，是在1600年代才普遍出現於平民生活中。

福井的蕎麥歷史，據說起源於朝倉孝景在一乘谷築城的時期（1473年起）。歷經數次對戰，蕎麥作為固守城池用的糧食而備受重用。這是因為蕎麥比其他作物的採收期間來得短，不過，當時是以蕎麥餅和蕎麥丸子為主流。

而福井地區出現「切蕎麥」，則是在1601年。府中（現在的越前市）城主本多富正公，在蕎麥師金子權左衛門的陪同之下赴任，以此為機緣，改變了蕎麥的食用方法。據傳除了麵狀的蕎麥之外，佐蘿蔔泥的食用方法也就此傳開。麵狀的蕎麥佐蘿蔔泥。這樣的組合也受到平民的接納，後來，在福井縣與福井縣帶殼蕎麥振興協議會的指導與協助之下，擴大了蕎麥的栽培與消費量，進而催生出現在熱門的蘿蔔泥蕎麥麵。

福井的蘿蔔泥蕎麥麵以「越前蘿蔔泥蕎麥麵」之名在全國普及開來，則是1947年之後的事。1947年10月，昭和天皇來到福井縣時，曾經吃了兩碗蘿蔔泥蕎麥麵。後來回到皇居之後，還會懷念起「當時的越前蕎麥麵……」，因而得名。



此外，「越前蘿蔔泥蕎麥麵」之所以美味，也和帶殼蕎麥的品質高低與製粉技術有著深刻的關聯性。福井栽培的帶殼蕎麥主要是「在來品種」，在來品種是指當地自古以來栽培的蕎麥品種。福井的在來品種顆粒小而味濃、香氣十足，在全國獲得極高的評價。製粉方法也是一大關鍵。福井縣內所有的製粉企業，都是利用古老的石臼磨具製作。仔細地費時以石臼磨粉，不但味道香濃，也不會減損蕎麥獨特的風味。

■ 福井的蕎麥栽培作業

8月中旬播種，9月中旬~10月下旬時期，福井各地都能看到可愛的白色蕎麥花朵綻放，隨風搖曳之姿。之後，在莖部變紅、白花結成黑色果實的11月初起，開始進行採收。這時，就是風味美妙的新蕎麥登場的時期。福井縣內各地都有栽培蕎麥，耕作面積為全國第4名（2015年的資料）。



越前蟹

【產地】坂井市、越前町、敦賀市、小濱市
 【漁獲時期(往年)】越前蟹11/6~3/20、勢子蟹11/6~12/31、水蟹2/9~3/20

■越前海岸沿岸的螃蟹漁獲地圖



「越前蟹」也是向皇室進貢的珍品!!



福井的冬季美味少不了它！期間限定的極致美味

冬季的日本海，天氣越冷，海鮮類的油脂就越肥美好吃。其中，被稱為冬季味覺君王的，正是福井縣的特產品『越前蟹』。其美味吸引了全國各地死忠粉絲，就連老饕也予以肯定。

越前海岸沿岸、梯田狀的海底，是螃蟹棲息的良好環境。

與「味覺君王」之名相稱的滋味中，具有吃過一次就無法忘懷的深奧風味。而這樣的美味，來自於優質的漁場環境。螃蟹捕撈地點原本就集中在日本海側的港口。北海道的鱈場蟹與毛蟹、京都的間人蟹、山陰的松葉蟹等蟹類，雖然也很出名，但是福井的『越前蟹』之所以獨特，就在於其獨特的漁場環境。

由於複雜的洋流，海底附近富含營養鹽分的冷水與表層的暖水混合，

促進植物浮游生物的繁殖。以浮游生物為食的動物浮游生物以及魚蝦類群集，形成豐富的漁場。再加上越前海岸沿岸的海底是十分適合蟹類棲息的地方，在此條件之下，又存在著豐富的食物，直接促成了螃蟹的鮮美滋味。再者，港口到漁場的距離較近，也是一大重點。漁場位於航程約1~2小時的處，捕撈之後立刻運往港口，可以在新鮮的狀態下出貨。

味道和肉質皆為全國之冠的「越前蟹」，每年都是向皇室進貢的珍品。全國各地之中，只有福井縣自明治時代起，持續進貢這樣的特產。進貢用的螃蟹，由三國港所在地坂井市（三國町）4間海產批發商中，每年輪流由其中1間負責。進貢當天現撈上岸的「越前蟹」之中，只挑選大小、重量、味覺、外觀等都屬於頂極水準者，獻給以天皇、皇后兩陛下為首的皇室。

越前蟹(松葉蟹)



黃色標籤是『越前蟹』的證明!

為了便於和其他產地的螃蟹區分，越前蟹領先全國採用這種標籤。各個產地的顏色與外形互異，一眼就能看出螃蟹的產地。

歷經反覆脫皮之後，美味升級的螃蟹君王。

『越前蟹』是指公的松葉蟹。棲息於海底290~350公尺附近，經過10次以上反覆脫皮而成長。

順帶一提，蟹殼上的褐色小顆粒是蟹蛭的卵。蟹蛭的卵不會附著於剛脫皮不久的螃蟹殼上，換言之，螃蟹會出現

蟹蛭代表脫皮後過了較久的時間，也是肉質緊實的證明。

『越前蟹』體型大者可達蟹殼寬幅15公分以上，蟹爪與蟹腳也很大，與君王之名相當符合，價格也很高。

勢子蟹

外子和內子都請務必享用！僅限2個月的珍味。



勢子蟹是指棲息在海底230~250公尺附近的母蟹，蟹殼寬約8公分左右。最大的特色在於其腹內，名為外子的受精卵具有顆粒口感，相當美味。名為內子的深橘色卵巢，是別名「紅色鑽石」的珍味。不過，為了保護海洋資源，勢子

蟹的捕漁期間只到每年的12月31日為止。自11月6日解禁日起，只有大約2個月期間內能夠品嚐得到，相當珍貴。不僅大小適中，價格也十分平實，當地更有許多偏愛勢子蟹的民眾。



TOPIC!

越前蟹之中的最高級品『越前蟹極』品牌誕生!!

在越前蟹之中，特別挑選出重量超過1.3公斤、蟹殼寬度達到14.5公分以上、蟹爪寬度達到3公分以上者。最頂級的新品牌「越前蟹極」已在2015年度獲得認定。證明其為越前蟹的傳統標籤，加上全新標籤的雙標籤方式，和其他螃蟹作出區隔。



福井鮭魚

【產地】福井市、敦賀市、美濱町、小濱市、大飯町 【漁獲時期】5月~6月

生在福井、在福井長大的 全新鮭魚誕生。

福井鮭魚是指在福井養殖的虹鮭（虹鱒）。養殖地點除了大島漁港海面的大型水槽，也包括福井市鷹巢漁港海面等地區。據說虹鮭原本只能生存在水溫20°C以下的環境。於是，福井利用海洋的低水溫環境著手養殖。首先開始培育魚苗，並且正

式展開海面養殖等作業。日本國內雖然也有其他的養殖虹鮭，但和外國產的虹鮭相比，產量相當少。由於市場的需求量大，為了實現穩定的生產量，而以打出「安全、安心、福井產」名號的品牌為目標。



甜蝦

【產地】坂井市、越前町
【漁獲時期】9月~10月、4月~6月

凝結了濃郁的甘甜味， 肉質彈牙，彷彿入口即化。

三國港（坂井市）是福井縣底曳網漁的主要漁港之一。在福井縣內擁有最大捕獲量的三國港甜蝦，其品質享有十分高的評價，可以說是極品。每年約有300公噸漁獲量的甜蝦，只有2次捕漁期，分別是在4~6月以及9~10月。新鮮捕獲上岸的甜蝦，根據其保鮮度與大小、品質嚴格挑選，送達港口後立刻競標拍賣。配合漁船回港的時間，港口聚集起陸續前來採購的中盤商和鮮魚店商人，展現出熱絡的活力。

甜蝦腹部有藍色顆粒狀蝦卵者，價格最高，其次是沒有蝦卵的大型蝦。此外，也依照大、中、小、小小等尺寸區別，確實進行篩選。極品甜蝦和「越前蟹」與「若狹

河豚」一樣，都是福井縣冬季的代表美味，其艷麗的朱紅色令人沈醉，一旦放入口中，就會散發出微微的海鮮香氣，入口即化般的滑順口感與甘甜滋味在喉嚨裡擴散開來。最特別的是它那獨特的美味與口感。尤其是來自清澈海底，近海水深200~500公尺附近沙泥地的甜蝦，其黏稠度與甘甜味又有所不同。

新鮮度的好壞，可以透過體色加以分辨。透明度高、頭部沒有發黑者，屬於優質品。捕撈上岸之後新鮮度很快就會下降，因此必須在船上立刻予以急速冷凍，以維持新鮮度。解凍之後可以生食，能夠充分品嚐到甜蝦特有的甘甜滋味與濃稠口感。

福井的日本酒

【產地】縣內全區 【釀製時期】10月～



越前・若狭的在地美酒

越前・若狭的在地美酒是指在福井縣越前・若狭地方生產的清酒，由福井縣釀酒協會註冊商標。



優質材料與釀酒負責人的技術，正是釀酒的關鍵要素。歷經各種製程，費時大約60天期間，才有新酒的誕生。

規模雖小，卻是傳承了古老傳統的地方美酒釀造廠。

自古以來，水質清澈、人力興旺的地方，才会有興盛的釀酒業。對於大量使用到米和水的釀酒業來說，天然優質的水是不可或缺的元素。白山山系雪水流入日本海的九頭龍川與日野川、耳川等名川，流經越前、若狹地區，自古以來就是釀酒之鄉。

越前、若狹的酒窖，分別擁有自己的水井，由於水井的深度與水脈不同，使得水質互異，各個酒窖也釀製出自己的風味。受惠於大自然而打造出的美味好酒，正是清澈甘甜的水質以及福井豐饒的自然條件集結而成的產物。

福井豐饒美味的好水，也孕育出優質的米。美味米的代

名詞「越光米」就是在福井誕生，名為「五百萬石」的酒米（適合釀酒的米）產量也為全國首屈一指。晝夜溫差劇烈、地質肥沃再加上細心呵護，才能孕育出酒米。福井擁有滿足這些條件的自然環境，又灌注了酒米生產者的熱情，建立起優質美酒的基礎。

酒窖是由釀酒廠、釀酒負責人、釀酒工人三者合為一體，因應當年的氣候，運用各自的經驗與努力、技術，維持酒窖的特色並打造出美味滋味。這樣活用傳統的智慧手工釀製，造就出越前、若狹的地方特產酒。

福井梅子

【產地】若狹町、小濱市、大飯町、南越前町、敦賀市、美濱町、越前町 【釀製時期】6月初～7月初



肉質厚實的福井梅子，作成料理也很美味，更是有益於美容的有效健康食材。

梅子的栽培在日本各地皆盛行，但是福井的梅子產地若狹町，已擁有大約170年的歷史。若狹町西田地區，據說是從1830年時期開始栽培梅子。最早是西田地區名為平太夫與助太夫的農夫，在自家庭院種植梅子樹，因此被稱為「平太夫梅」、「助太夫梅」。後來經過品種改良，催生出現在的「紅映」、「劍先」梅子。

收成時期為初夏時分，青梅採收之後，出貨至縣內外各地。「紅映」的梅乾品質與口味，在日本獲得高度的評價。理由是將成熟梅子進行加工處理時，不使用添加物，只用到梅子和紫蘇、鹽，經過日曬乾燥，採取細心的作業方式。再者，和其他縣所產的梅子相比，肉質厚實，種

子較小，易於食用，也是其特徵。

此外，也有推出結合福井梅與越前若狹當地特產酒等多種梅酒。

梅酒



越之紅寶石

[產地] 縣內全區 [收成時期] 全年



種植於沙地的中型番茄，
特色為富有水果般的甘甜味。

「越之紅寶石」是福井縣內生產的中型番茄品牌名稱。該品牌名稱的由來「越之紅寶石」此一品種，是由福井縣立短期大學（現在的福井縣立大學）農學系所培育而成。大小介於大型番茄和迷你番茄之間（中型），一般稱為「中型番茄」。特色是和大型番茄相比，糖分較高。形狀、大小適中，具有甜味，在福井縣內也十分受到歡迎。產地之一的福井市白方町，面向日本海，沿著三里濱分布開來。在沙地上栽培的白方町番茄，和其他地區相比，顆粒稍大，採收量較多，糖分較高，相當優質。營養方面，維他命 C 含量是大型番茄的 2 倍，番茄紅素含量約為 2 倍，有助於減少文明病等成因的活性氧，不只美味，

更是有益於健康的優良食材。近來經過溫度等調整，連冬季也能栽培。如此一來，一年四季都能品嚐到「越之紅寶石」的美味。

■越之紅寶石的加工品

包括果汁和調味醬等，利用越之紅寶石製造的加工品也相當受歡迎。



上庄小芋頭

[產地] 大野市 [收成時期] 10月~12月



熱門的品牌小芋頭，
個頭小而質地緊實，不易煮爛。

在全國各地都有栽培的小芋頭之中，大野市上庄地區生產的「上庄小芋頭」是知名的熱門品牌。原因就在於它的好滋味，特色是個頭小而質地緊實，長時間烹煮也不易煮爛。由於不易煮爛，能夠將小芋頭原有的美味濃縮於內。熱門料理是滷芋頭，但當地人也常用於製作關東煮和西式濃湯，以及採用味噌醬燒、可樂餅等各式各樣的料理方法。

此外，還開發出不含乳成分，以 100% 小芋頭製成的冰淇淋等產品。



富津金時

[產地] 蘆原市 [收成時期] 8月~10月



徹底實施溫濕度管理，
能長期間保持美味。

為蘆原市富津地區的「地瓜」，烤熟之後甜度增加，受到日本知名主廚與甜點烘焙師的好評。不只烤地瓜與西式濃湯，也有製成布丁與蛋糕等甜點供選擇。原因是在採收之後，實施特殊的溫濕度管理（固化貯藏），能夠以比平常更加甘甜的「成熟」地瓜狀態出貨。



所有栽培協會的成員都是環保農夫，減少農藥使用、徹底培養土質、實施細膩的採收與保存方法。

哈密瓜

【產地】坂井市、蘆原市、勝山市、鯖江市
【收成時期】6月~7月、7月~10月

福井縣以最高級的「Earls哈密瓜」為首，栽培了「安地斯哈密瓜」、「王子哈密瓜」、「馬賽哈密瓜」等品種。其中，1959年皇太子成婚時所命名的「王子哈密瓜」，香氣濃郁，糖度高達15~17度，味道也很穩定。此外，「馬賽哈密瓜」的果肉為紅色，熟成期間較短，但仍保有高糖度，為其特色。



梨子

【產地】坂井市、蘆原市
【收成時期】8月~10月

幸水、豐水皆為梨子的代表品種。2個品種都富含果汁，具有甘甜味。幸水是梨子的主流品種，在全國市占率偏高，口感爽脆，糖度偏高為其特色。豐水較為耐放，這點優於幸水，肉質柔軟，帶有一點微微的酸味。



葡萄

【產地】縣內全區
【收成時期】8月~9月

縣內全區皆廣為種植葡萄。可連皮食用，在全國都很熱門的「麝香葡萄」、皮為黑色的「黑色甜菜葡萄」和「藤稔」、紅色的「陽光紅」等品種為中心，種植了顆粒大且色彩繽紛的各式品種。各個品種都沒有種子，易於入口，甘甜多汁為其特色。



扎根於當地的加工品

味噌

重視米麴的古早懷舊風格田園味噌。

日本最開始出現味噌，是在西元700多年，當時是只有寺院與貴族可以吃到的奢侈食物。福井的味噌一般稱為米麴味噌，大量使用到米麴。受到京都影響而多少帶有甘甜味的紅味噌，也可說是它的特徵。由於米麴含

量多，搭配雞肉等食材可以讓肉質變得柔軟，輕鬆做出美味的料理。味噌大多是各個家庭以手工製作，在每天的飯桌上，是不可或缺的配料。



醬油

運用新鮮的食材，以「鮮味」為關鍵的醬油。

醬油的根源是名為「醬」的發酵食品以及1200年代名為「溜」的調味料，但以黃豆和小麥為原料，較接近現代醬油的產品，據說誕生於1500年代。以全國各地來看，北陸地方的醬油是以「甘甜味」來形容，事實上是

將甘甜味的成分與食鹽成分加以調整後取得最佳平衡的絕妙鮮味，因此並非「甘甜味」，應該以「鮮味」來形容為宜。最近，融合傳統技術與最新技術的粉末狀醬油等產品也已問世。



醋

支撐京都料理的福井釀造調味料。

福井縣是全國數一數二的米鄉，也是越光米的誕生地。發源於白山靈峰山脈的清澈名水在縣內各地湧出，也被人們作為生活用水來使用。縣內也有利用這些水製造米醋的公司。從米開始製造的醋，做工講究，

將美味發揮至極限的圓潤口感，成為稱做全國各地的珍品。米醋可以運用在各式料理上，但自古以來，透過鯖街道運往京都的小鯛魚竹葉醃漬與鯖魚壽司，都是使用米醋，成為支撐起京都料理的知名美味。



米糠醃魚

御食國的慢食美味

「米糠醃魚」是福井的代表性飲食文化之一。米糠醃魚是指以米糠醃漬魚類，作法是放上重石進行醃漬，稱為「壓漬」。如此獨特的珍味，在全國各地人氣高漲，成為備受關注的珍品。曾經是御食國的若狹地區，發展出醃漬鯖魚文化。為了防止鯖魚腐

敗，便於長期保存，而採用壓漬方式製作。

除了鯖魚以外，還有沙丁魚與河豚、烏賊等壓漬食品，最近更出現了韓國辣椒醬壓漬品與拌飯香鬆、罐頭食品等各式創意產品。



鹽漬海膽

江戶時代起就為人所熟知的日本三大珍味之一「鹽漬海膽」。

「鹽漬海膽」是日本三大珍味之一。1700年代的文書「日本山海名產圖會」中，曾將其視為「鹽漬食品中的第一名」，也是福井的名產。

這道「鹽漬海膽」是指鹽漬馬糞海膽。所使用到的馬糞海膽，是直徑3~4公分左右的小型海膽，在海膽之

中擁有最濃郁的美味。經過鹽漬之後美味更加濃縮，製作100公克的產品時，實際上需要使用到100個以上的海膽。

最近不只是在日本料理中可以見到，就連法國料理也將其視為高級食材來使用，因而備受關注。



烤鯖魚

豪邁地燒烤一整隻魚送上餐桌。

古早時期，在若狹灣捕撈上岸的各種海鮮，會經由若狹街道運往朝廷所在地的京都。

所謂的「若狹產物」之一，就是鯖魚。在眾多鯖魚料理之中，又以小濱市內的海邊烤鯖魚最為知名。油花肥美的鯖魚，豪邁地整隻燒烤後，佐

以生薑醬油來食用。

此外，大野市在7月上旬、夏至起的第11天，也習慣食用「半夏生鯖魚」。半夏生鯖魚的起源，是以往為了讓疲於農作的農民們補充營養，而由大野藩主鼓勵食用鯖魚，現在也持續保有這樣的習慣。



片削昆布

由技巧熟練的師傅，親手製作的高級日本料理店專用美味。

港都敦賀過去曾是北前船的重要靠港地，作為食材與物資的最大規模集散地而熱鬧不已。送上岸的物資之中，最重要的食材就是昆布。江戶時代由北海道運來的昆布，經過敦賀地區技巧熟練的師傅手工加工，製成「敦賀特產」後，再運往京都、

大阪一帶。說到這種昆布的加工品，就會想到「片削昆布」。由師傅以手工作業削取的「手工片削昆布」，正是在神乎其技的技術之下所誕生。透明般的薄度，唯有手工作業才辦得到，波浪狀紋路正是削成薄片的證明。

鯖魚壽司

誕生自鯖街道的極品——鯖魚壽司。

過去在若狹灣能夠大量捕獲鯖魚的時代，當地居民使用鯖魚製作出各式各樣的鄉土料理。例如海邊烤鯖魚、醋漬鯖魚、生魚片佐醋味噌醬、熟成鯖魚壽司飯、米糠醃魚等，至今仍然為人們所食用。剖半的鯖魚肉片以鹽和醋醃漬後，放在醋飯上，再以布

巾或捲簾捲成棒狀的鯖魚壽司，在京都地區是喜慶之日不可或缺的一道珍品。在京都所使用的若狹灣鯖魚運送路線，稱為「鯖街道」，沿途的村莊和旅館也都有鯖魚壽司料理。不只京都，就連福井縣小濱市等地，也有許多提供鯖魚壽司的餐廳。



海帶芽粉

散發著大海香氣，完全以手工製作的大海恩賜品。

天然海帶芽於4月解禁，開放採集。坂井市三國町的海面，可以看到海女們直接潛入海中進行採集。現採的天然海帶芽大多加工製成海帶芽粉，一般也稱為「揉製海帶芽」，全都是由海女們手工製作。

仔細區分出海帶芽芯與海帶莖，將

葉片一片一片鋪在稱作「簾」的草蓆上，進行日曬處理。待其乾燥之後，再以手工方式揉搓製成。現採的海帶芽在當天加工完成，正是其美味的秘密。以古早製法製作而成的海帶芽粉，裝入瓶內並進行販售。

