



魅力
ハッケン!

5満腹&満足! ご当地グルメを堪能しよう

旅のお楽しみと言えば、やっぱりその土地ならではのグルメですよね。
青森と道南のうまいもの対決、あなたはどちらに軍配を上げますか?

今や全国に知られる
心あたたまる郷土料理



八戸せんべい汁

肉や魚、野菜などでつくった鍋に、鍋用の南部せんべいを割り入れて煮込んで食べる、八戸地方で200年以上前から食べ継がれる家庭料理です。

問合せ 八戸観光コンベンション協会
TEL.0178-41-1661

ほどよく煮込んだ
せんべいの“もちもち・
シコシコ”感を楽しんで!

ポイント

煮込み用の「おつゆせんべい」を、「アルデンテ」の食感に仕上げる
のがオススメです。



香ばしい食感で
中はふんわり、イカの
風味も生きてるよ!

ポイント

内腔部では貴重な食材
だったイカを余すところ
なくおいしく食べるため
の郷土料理です。



イカの足をハンバーグ風に調理した、
弘前市民の「母の味」。



いがめんち

イカの足(ゲソ)を包丁でたたいて粗いミニチ状にして、
野菜や小麦粉と混ぜて焼いたり揚げたりした料理。「弘前いがめんち提供店マップ」で食べ歩いてみませんか。

場所 弘前いがめんち食べるべ会
TEL.0172-34-7121

焼きそばなのに、
熱いスープに浮かぶ!?



黒石つゆやきそば

太平麺と甘辛いソースが特徴の黒石焼きそばに、熱いそばつゆやラーメンスープをかけたもの。黒石市ならではのオンラインワンB級グルメです。

問合せ 黒石商工会議所
TEL.0172-52-4316

焼きそば?うどん?
ラーメン?食べて
確かめてみて!

ポイント

寒い真冬、冷たくなった
焼きそばに温かいそば
つゆをかけたのが始まり
と言われています。



海峡ぐるっとこぼれ話 その4

COLUMN
青森 「見焼き味噌」と
「味噌見焼き」

青森県は全国有数のホタテの消費地。その貝殻を鍋代わりに具材を煮込む郷土料理があります。津軽では「見焼き味噌」、下北では「味噌貝焼き」と呼ばれ、中身の貝も進っています。ぜひ食べ比べてみてください。

道南 「豚なのに
「やきとり」って?

函館の「やきとり弁当」をはじめ、道南では「やきとり」といえば、鶏肉ではなく豚肉が一般的。養豚場が多かった道南では、鶏よりも豚のほうが安価に手に入りやすかったことが理由のひとつと言われています。

塩蔵の魚から出る塩味を
そのまま生かした汁物。



三平汁

サケ、タラ、ホッケなどの塩漬け(または粕漬け)の魚と
野菜を具に、魚から出る塩味を生かした汁物。道南地方を代表する郷土料理のひとつです。

問合せ 奥尻町地域政策課商工観光係
TEL.01397-2-2351

「三平汁」の名前の
由来にもいろいろな
説があるでスー!

ポイント

奥尻島の漁夫「齊藤三
平」が作った、塩ニシンと
野菜の煮込み汁が発祥
という説もあります。



森駅では
ストラップなどの
「いかめしグッズ」も
販売中!

ポイント

首都圏の百貨店で開
催される有名駅弁大会
で1位の販売数を誇っ
ています。



駅弁で全国1位の座に輝く、
シンプルで素朴な味わい。



いかめし

北海道の駅弁を代表する「いかめし」は、小ぶりな
イカの胴に米を入れ、甘辛味で煮込んだシンプル
で素朴な味わいです。

問合せ 森観光協会
TEL.01374-7-1286

江差の栄華を偲ばせる、
昔ながらの郷土の味。



にしんそば

にしん漁で栄華を極めた江差に伝わる郷土料理のひと
つ。やわらかく煮付けられたにしんの甘露煮が乗ったに
しんそばは、歴史を感じさせる味わいです。

問合せ 江差観光コンベンション協会
TEL.0139-52-4815

甘く味のしみた
にしんの風味と
そばの相性が
抜群でスー!

ポイント

北前船で運ばれたに
しんで作った「にしんそば」
が京都名物になったと
言われています。



知ってる?こんな日本ー

これが 青森の **日本一**

青森県の知られざる「日本一」は、道南以上にマニアックなラインナップ。世界一や人類初も入っています。全部知っているという方は、かなりの「あおもり通」です!



01 平川ねぶたまつり
高さ11m・幅9m
平川市



02 「紅紋」2本「祝」1本
樹齡136年
2014(平成26)年現在
つがる市



03 尻屋崎灯台
塔高32.82m、明るさも日本最大級
(光度53万カンデラ)
東通村



04 法光寺「承陽塔」
高さ33m
南部町



05 野辺地防雪原林
1893(明治26)年造林
鉄道記念物(第14号)に指定
野辺地町



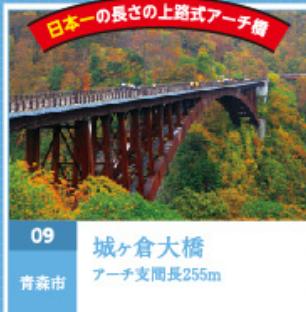
06 階段国道339号
総延長388.2m・362段
標高差 約70m
外ヶ浜町



07 北金ヶ沢のイチョウ
樹齢1000年以上
樹高31m、幹周22m
深浦町



08 まびしき 淋代海岸
1931(昭和6)年10月4日出発
三沢市



09 城ヶ倉大橋
アーチ支間長255m
青森市

知ってる?こんな日本ー

これが 道南の **日本一**

横浜・長崎と共に日本で最初の開港地となった函館を擁する道南地方の、知られざる「日本一」をご紹介。この中にあなたが知っている「日本一」はいくつありますか?



01 函館公園こどものくに
1950(昭和25)年製で
現存する中では日本最古
函館市



02 函館市写真歴史館
1854(安政元)年撮影
函館市



03 コンクリート電柱
1923(大正12)年に建造され
今なお現役
函館市



04 開陽丸
1975(昭和50)年登録
江差町



05 トラピスト修道院
1896(明治29)年に設立
北斗市



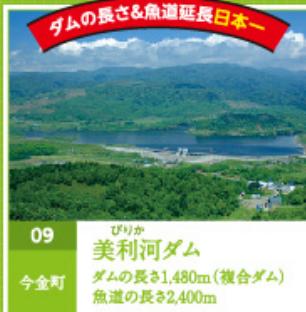
06 FMいるか
1992(平成4)年12月24日開局
函館市



07 市区町村の魅力度ランキング
函館市 2014(平成26)年
※株式会社ブランド総合研究所
「地域ブランド調査2014」による



08 渡島大島
面積9.73km²
松前町



09 美利河ダム
ダムの長さ1,480m(複合ダム)
魚道の長さ2,400m
今金町