

新潟市のふうど編

にいがたふうど



食文化は、 風土や歴史と つながっている。

新潟市は農地が約半分を占める、農業のまち。平野や砂丘地を中心に作物が育てられており、お米がたくさんとれ、野菜や果物の種類が豊富です。日本海では新鮮な魚が毎日水揚げされています。また、お酒や味噌、醤油といった多様な発酵食品もつくられています。

今のように新潟の食が豊かになるまでには、長い道のりがありました。新潟市は「蒲原(かんばら)」と呼ばれる地域に含まれますが、その名の通り、昔は「蒲(がま)の原」と呼ばれる大湿地帯。先人たちが大変な苦労をして、農地を改良してきました。また、北前船(きたまえぶね)が寄港して港町として栄えた歴史は、新潟の食文化に大きな影響を与えています。



こんな風に、新潟市の食文化を風土や歴史から見ていくと、たくさんの気付きがあるかも。「なんで新潟市の食文化は豊かなんだろう?」そんな問いのヒントを見つける旅に出かけましょう!

食の歴史を支えたキーパーソン

時は江戸から明治にかけて。新潟湊に北前船がやってきて、人やものがたくさん集まり、料亭文化やおもてなしの文化が花開きました。キーパーソンは、豪農、廻船問屋（商人）、農家、料亭。四者がどのように新潟の食を支え、関わり合い、食文化を育てていったのかを見ていきましょう！



かきあえなます

江戸時代に農家が庭先や畑の片隅で栽培し始めたという食用菊。新潟や山形などで食べられており、「垣根の元」や「柿の木の下」に植えられたから「かきのもと」と呼ばれるようになったという説も。

のうか 農家

粘り強く新潟を支えてきた食の生産者



水はけの悪い田んぼが多く、腰まで水に浸かりながら米作りをしていた農家。豪農が小作人である農家をねぎらう場を通じ、料亭の食文化が農村地域にも影響を与えたようです。あまり凝らないシンプルな料理をたっぷり並べる農家の習慣は、新潟の食文化に残っています。



のっぺ

新潟のあらゆる地域や家庭で、日常にも祝いごとにも登場してきたのっぺ。豪農が農家をねぎらう宴では、大皿にたっぷりと盛りつけたのっぺを、みんなで取り分けて食べたそうです。

農村



タレカツ丼

洋食文化が早くに花開いた新潟で、昭和初期に屋台フードとして誕生。薄く揚げるのは、忙しい商売人たちがすぐに食べられる工夫だったのかも!? 新潟市は豚肉の消費量が全国トップクラスです。

ごうのう 豪農

米作りを指揮し、文化を下支えした大地主



農家を小作人として雇い、その経済力で地域の名士として文化人や政治家と交流し、宴席文化や料亭文化を発展させていきました。また、食材の流通や酒造業にも関わっていました。全国的に見ても、新潟県には「千町歩地主」と呼ばれる大地主が多く存在していました。



笹団子

笹の防腐効果から、昔は保存食として重宝された笹団子。年貢米にならないくず米を利用したとも言われています。昭和39年の新潟国体をきっかけに、今では新潟土産の代表格になりました！

土地を借りる(小作人)

土地を貸す(地主)

どちらも兼ねる人もいた!

交流・商売

経営を支える

客人をもてなす

おもてなしの文化

港町

かいせんどんや 廻船問屋

外の世界とつながる新潟湊の玄関



北前船などの廻船を迎え入れて、その荷物で商いをした廻船問屋。全国各地の一流の産品や情報・文化が集まる拠点でした。船が港に停泊する間、廻船問屋が船員たちを料亭でおもてなし。おもてなしの質は商売にも直結するため、料亭は重要な場所として発展しました。財を成した廻船問屋が豪農になることもありました。

客人をもてなす

新しい文化や情報が伝わる

食文化が洗練される

りょうてい 料亭

美食と芸で客人の心をつかむ影の立役者



料亭には豪農や廻船問屋を含むさまざまな人が出入りし、北前船によりほかの地域の文化や情報が伝わりました。多くの人が集まることで、おもてなしのレベルは向上し、古町は日本三大花街に数えられるほどでした。新潟県の人口が明治時代に日本一になったのも魅力的な食文化が多くの人を引き付けたのかもしれません。

にいがたふうど ぎゅっと一枚絵

米づくりもするけど、自然から採集した食材を、上手に食事にとり入れる。
新潟市の食文化は、縄文時代(採集)と弥生時代(農耕)のあいだにある、
「ちょうどいい」食文化とも言えるかもしれません。
新潟市の豊かな風土で、どんな食材がとれるのか。ぎゅっと一枚絵にしました。

新潟市の気候風土

新潟市の自然や地形はとても多様です。信濃川と阿賀野川が上流から運んだ土砂が、海からの風に押し戻されて砂丘をつくり、入江や陸地ができました。血管のようにはりめぐらされた大小の河川は、広い平野を流れて田畑を潤します。海では漁業、山では季節のものを採集。砂丘地帯では大規模な野菜や果物の栽培が行われています。また、新潟という地名が示すように、市内には16の潟があり、潟から自然のものをとって食べるなど、昔ながらの食文化も残っています。

新潟といえば雪国、冬の荒波、なまり色の空のイメージがありますが、長く厳しい冬を乗り越えると春の喜びはひとしおです。

意外かもしれませんが、新潟市は年間を通して比較的温暖で、夏の日照時間が長いまちです。変化に富んだ気候風土のもと、多種多様な作物がおいしく育っています。

山のふうど

季節を味わう、山菜やきのこ

春には山菜、秋にはきのこ。必要なときに必要な分だけ採集し、季節の食事に取り入れてきました。



平野のふうど

あぜみち 田んぼの畦道には枝豆

もとは田んぼの畦道でつくられた枝豆。枝豆の作付け面積が全国1位の新潟市ですが、多くが市内で消費されるのは、ざるいっぱい盛った枝豆を食べる文化があるから!?

新津丘陵

平野のふうど

肥沃な土壌が育てる ル レクチエ、柿

越後平野の肥沃な土壌では、さまざまな果樹が育ちます。フランスから取り寄せた苗木を大切に育てた西洋なし「ル レクチエ」、種のない「八珍柿(はっちゃんがき)」などが新潟市の名産です。

佐潟

角田山

潟のふうど

潟の漁師が獲るコイやフナ

潟は天然の食糧庫。コイやフナ、川エビ、ハスの実などを食べる独自の食文化が昔からあります。

鳥屋野潟

海のふうど

豊かな漁場で育つ やなぎがれい、南蛮エビ。

信濃川と阿賀野川が形成した砂泥の漁場では、多様なおいしい魚介類がとれます。

新川漁港

砂丘のふうど

砂丘農業が育てるスイカやネギ

新潟砂丘は70kmにわたる日本一長い砂丘。水はけのよい砂丘地では、スイカやネギ、サツマイモなど多様な農作物が栽培されています。

砂丘のふうど

ぶどうから育てたワイン

近年、砂丘地でぶどう栽培やワインの醸造が始まり、角田浜(かくだはま)近くは「新潟ワインコースト」と呼ばれています。

川のふうど

かわみなと 人や物が行き交う川湊

河口に近い新潟市は、穏やかな流れと豊富な水量を利用して内陸との舟運も盛んになり、人や物が集まる川湊としても発展しました。

川のふうど

川をのぼる鮭

阿賀野川や信濃川には、秋から冬にかけて鮭が遡上。新潟では昔から人の手による稚魚の放流が盛んに行われています。

福島潟

阿賀野川

松浜漁港

信濃川

巻漁港

ぬったり 沼垂の発酵食品

港に近く、塩や大豆など発酵食品の材料が手に入りやすかった沼垂。酒や味噌など多くの醸造蔵が集まります。

市場は市民の台所

新潟でとれた新鮮な食材は市場に集まり、そこから食卓へ。中央卸売市場に加え、本町市場や六斎市(ろくさいいち)など歴史の長い露店市も残っています。

だから、おいしい。



新潟市農林水産部食と花の推進課

令和7年3月発行

〔監修〕ふうどオフィス

〔制作〕U・STYLE



にいがたふうど
NIIGATA FOOD & TERRAIN