



奄美の郷土料理マップ (令和5年度)



豚飯 (ブタミシ)

豚飯(ブタミシ)は、奄美大島北部で旧正月などのお祝い事で食べられる伝統料理です。
塩豚などの具材をご飯にのせ、スープをかけて食べます。
保存のきく塩豚は、薩摩藩へのお土産として持参された記録があります。

奄美大島北部



(ゴモ)



(黒砂糖)



ティバンシャとウアンフネの煮物

ツワブキ(ティバシャ、ティバンシャ)と豚肉(ウアンフネ)の煮物は、大晦日の定番料理です。しいたけやにんじんなどを入れる地域や、細長いツワブキが長寿を願う年越しそばと同じ意味を持つといわれている地域もあります。

写真は、「うえしよーろー せとうちのシマ飯」から提供

奄美大島南部



喜界島



グマッカシ

ゴモは、喜界島で「グマ」と呼ばれています。生産量日本一の喜界島の白ゴモは、粒が小さく、香りが強いことが特徴です。グマッカシは、その白ゴモと黒糖を炊き合わせて作ったもので、お盆に食べるお菓子として、また、来客用やお土産用などとして島民に広く親しまれている、喜界島を代表する銘菓です。



(ツワブキ)



(塩豚)

徳之島



油 (アンバ) そうめん

茹でたそうめんと豚肉や野菜を炒めた郷土料理で、炒める時にだし汁を入れるのが特徴です。

日常の家庭料理としても食されますが、お祝いの席などで大皿に盛られ、おもてなし料理としても振る舞われます。

奄美の方言で

めしあがれ

- (奄美大島)
- ・ミシヨレ、ミシヨレー
 - ・ミシヨリンシヨレ、ミシヨリンシヨレー
 - ・ミシヨーチタポーレ
 - ・トウリシヨルイ
 - ・アガリンシヨルイ
- (喜界島)
- ・ミソーリ、ミシヨーリ
- (徳之島)
- ・ニキヤギンシヨレー、ニキヤギティタポーレ
 - ・カミ
 - ・オイシリ、オイシタポーリ
 - ・ニキヤゲレーリ
- (沖永良部島)
- ・オイシリ
- (与論島)
- ・アギティウワーチ タパーリ

沖永良部島



ゆきみし

もち米粉に黒砂糖を混ぜて蒸す「ゆきみし」は、旅行等で食べるための保存食でもあったため、「行く飯(めし)」がなまり「ゆきみし」になったそうです。

古くから冠婚葬祭には欠かせない格調高い菓子として大切にされてきました。



(さとうきび畑)

与論島



ミシジマイ

魚や豚肉などを入れて炊く混ぜご飯のことを「ミシジマイ」といいます。
かつては、結納の際、ミシジマイを親戚へ配る習慣がありました。大晦日に1年を振り返り、家族の無事を感謝して、ご先祖様へお供えします。



(月桃)

方言は集落により異なります。掲載している方言は、大島地区の市町村教育委員会からの回答を基に作成しました。

大島地区文化協会連絡協議会～2月18日は大島地区の「方言の日」です～

(事務局：鹿児島県大島支庁総務企画課 〒894-8501 奄美市名瀬永田町17番3号 TEL 0997-57-7218)

