

奄美の郷土料理マップ (令和6年度)



©鹿児島県ぐりぷー

奄美大島北部

ウァンフネヤッセ (豚骨野菜)

ウァンフネヤッセは、大きく切ったシマ豚とツワブキ又はアザミ、昆布、にんじん、コシヤマン(山羊)を煮込んだもの。

大晦日に、家族全員そろって年越しを祝う料理です。

(提供: 龍郷町)



ソテツ (幹の芯) のお粥

ソテツの実(なり)や幹の芯は、戦前・戦後(おじいちゃん・おばあちゃん方の時代)の食糧困難時には貴重な食べ物でした。

料理法として、お粥の他にソテツの芯のみで団子やお餅を作り、ニラといっしょに油炒めすると何よりのご馳走でした。

(提供: 大和村)



奄美大島南部

サネン菜餅

伊仙町犬田布・木之香集落等では、9月頃豊年祭として、白餅を月桃の葉に包み蒸して振る舞う行事があります。

最近では、年間を通し、白餅にサツマイモ・ヨモギ・黒糖などを混ぜ、各家庭の味に仕上げ、おやつやおもてなしスイーツとしてもよく作られています。

(提供: 伊仙町)

徳之島



フズムッチー

旧暦3月3日の節句に作ってご先祖様にお供えし、家族で食べたり、近親者に分けたりします。

おいしさの決め手は分量の配合と軟らかさ加減にこだわった生地作りで、たくさん入ったヨモギと黒糖の甘さ・クマタケランの爽やかな香りが詰まった、島の代表的なお餅です。

奄美の方言で

いただきます

- 〈奄美大島〉
 - ・イタダキョーウロ、イタダキョーロー
 - ・モラヨロ(イタダキヨロ)
 - ・ムラウオーヤエー(ムラヤウローヤエー)
 - ・ミシヨロリー(カミヨロリー)
 - ・イタダキョーロ
- 〈喜界島〉
 - ・カメーラ、カモオー(ムラエーラ)
- 〈徳之島〉
 - ・ニキャグレライ、コーティネラーイ、コーレラーイ
 - ・カマーイ(キ)ー、(モローラーイ(キ)ー)、(モローラーイ(キ)ー)
 - ・イタダケリユンド
- 〈沖永良部島〉
 - ・ムロヤブラー
 - ・イチョラユンドー
- 〈与論島〉
 - ・タバーラリユンドー

* () 書きは丁寧な表現です。

ソーキブニの煮物

ソーキ(豚のあばら肉)を醤油、砂糖、みりん、出汁(家庭により味付けは変わります)で時間をかけて調理し、祭事や島に帰省した人々におもてなし料理として作られていました。

(提供: 和泊町)



沖永良部島

ウンニーマイ

さつまいも、正月に供えた鏡餅(無い時は、もち米粉)を入れてつきまぜた「ウン(芋)を練って炊いた飯」のことで。1月15日(小正月)の昼食に作り、供えて食べる行事食です。食べなければミヤンチックー(フクロウ)になるといわれ、子どもに必ず食べさせていました。

与論島



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)