

일본 지역별 음식

대구대학교 일본어일본학과

22**45** 배 **



일본의 대표적인 요리와 디저트

일본은 각 지역마다 특색 있는 전통 요리와 디저트 자랑

신선한 해산물, 육류, 야채 등 활용한 다채로운 요리

사케, 녹차, 단팥 등 활용한 달콤하고 정성스러운 디저트

일본의 음식 문화는 세계적으로 유명

다양한 일본 요리와 디저트는 숨겨진 지역의 특색 보여주며, 일본 문화의 깊이와 풍성함을 느낄 수 있게 함



1. 홋카이도 - 해산물 요리



신선한 해산물

넓은 바다와 풍부한 해양 자원이
홋카이도의 자랑



게 요리의 진수

크래브 요리는 홋카이도의 대표
적인 특산물



싱싱한 회

싱싱한 횡감 만든 홋카이도 스타
일 회 요리



2. 아오모리-사과 디저트

아오모리 현 일본에서 가장 많은 사과 생산

신선하고 달콤한 사과로 만든 다양한 디저트 유명

사과 파이, 사과 케이크, 사과 젤라또 등 독특한 맛 자랑

3. 이와테 - 소고기 요리

이와테 현 일본 최고 육질 소고기로 알려진 '이와테 규' 유명

깊은 육향 부드러운 식감 특징인 이와테 규 스테이크, 카레, 니벨 등 다양한 요리

지역 특산물인 쇠고기와 더불어 야채 활용한 이와테 스타일 소고기 요리 인기



4. 미야기 - 연어 요리

미야기 현 태평양 면해 풍부한 수산 자원 풍부 특히 연어 미야기 대표 식재료
다양한 요리 즐길

신선한 연어 활용한 스테이크, 구이, 회 요리와 함께 연어 이용한 스시, 덮밥,
라멘 일본 전통 요리도 맛볼 수 있음



5. 아키타 - 버섯 요리

아키타 현 일본에서 가장 많은 버섯 자라나는 지역

이 지역의 신선하고 다양한 버섯 활용해 만든 특별한 요리 유명

버섯 내장 이용한 버섯 된장찌개, 버섯 튀김, 버섯 라멘 버섯의 진가 느낄 수 있는 다양한 메뉴 인기



6. 야마가타 - 사케 요리



야마가타 정통 사케

천연 청정수와 전통적인 제조 기술로 빚은 야마가타 사케



사케와 함께하는 요리

야마가타 사케와 잘 어울리는 다양한 전통 요리



전통 사케 양조장

오랜 역사와 전통을 자랑하는 야마가타 사케 양조장

7. 후쿠시마 - 야채 요리

후쿠시마는 새로운 농법과 기술로 빼어난 맛과 품질의 농산물을 생산

신선한 야채를 활용한 정식, 스시, 냉면, 라멘 요리가 유명

특히 후쿠시마의 엄선된 토마토, 버섯, 고구마로 만든 요리 인기



8. 이바라키-해산물 덮밥

이바라키 현은 태평양에 면해 있어 신선한 해산물 풍부

특히 이 지역의 특산물인 다양한 해산물로 만든 덮밥이 유명

싱싱한 생선, 새우, 게, 조개류 밥 위에 올려놓은 해산물 덮밥이바라키 고유의
담백하면서도 풍부한 맛을 자랑

계절에 따라 제철 해산물 사용 새로운 맛

이바라키 스타일의 특별한 요리



9. 도치기 - 육류 요리



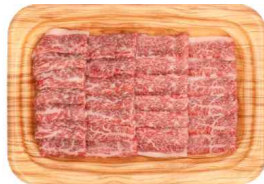
부드러운 소고기

도치기의 특산인 쇠고기는 섬세한 마블링과 탁월한 육질



와규 소고기의 진수

도치기에서 생산되는 상급 와규는 세계적인 명성을 자랑



맛깔난 야키니쿠

부드러운 소고기로 만든 도치기 스타일 야키니쿠

10. 군마 - 우동 요리

군마 현은 일본 최고의 우동 맛집

청정한 물과 전통 제면 기술로 만든 탱글
탱글한 면발이 특징

다양한 토핑과 함께 즐기는 군마 스타일
의 우동

깊은 맛이 일품



11. 사이타마 - 초밥



신선한 재료

사이타마의 풍부한 수산물로 만든 최고급 초밥



전통 기술

수십 년 경험의 초밥 명장들이 선보이는 정성스러운 초밥



고품격 환경

편안한 분위기의 사이타마 초밥 전문점에서 즐기는 최고의 식사

12. 지바 - 해산물 파스타

지바 현 도쿄만 접하고 있어 신선한 해산물이 풍부한 지역
특히 지바 특산 해산물을 활용한 다양한 파스타 요리가 유명
신선한 이조개, 새우, 게 등을 넣어 만든 해산물 토마토 파스타와 해산물 크림 파스타가 인기
정성스럽게 만든 해산물 스테이크 파스타도 지바 대표 별미



13. 도쿄 - 라멘



전통 라멘 식당

오랜 역사와 전통을 자랑하는 도쿄의 유명 라멘집



정통 도쿄 라멘

깊은 맛의 육수와 탱글한 면발이 특징인 도쿄식 라멘



세심한 라멘 제조법

수십 년의 경험을 가진 베테랑 라멘 셰프들의 정성

15. 카나가와 - 오코노미야키

카나가와 현의 특산물인 싱싱한 해산물
과 신선한 채소로 만든 오코노미야키

두꺼운 반죽 다양한 재료 버무려 구워내
는 일본식 풍미 가득

달콤하고 짭조름한 오코노미야키 소스와
마요네즈가 완성도 높임



16. 니가타 - 스시

니가타는 일본 최고의 스시 명소 풍부한 해산물과 엄선된 신선한 재료로 만든 니가타 스시 세계적인 명성을 자랑

북쪽 해안의 시원한 해류가 키운 최고급 참치와 연어, 오징어와 전복 등 제철 해산물이 도미노 스시, 롤 스시 등 다양한 스시 요리의 주재료 사용

전통 스시 명인이 운영 니가타 고급 스시 전문점

장인의 손맛을 느낄 수 있는 최고의 스시 요리 맛볼 수 있음



17. 토야마 - 가츠동

토야마는 일본 내륙 지역의 대표적인 가츠동 명소

신선한 지역 식재료와 일본 전통의 조리법 살린 가츠동 지역의 자랑

바삭한 천엽과 부드러운 돼지고기 밥과 완벽하게 어우러지는 토야마 스타일의 가츠동 일본 가정식의 진수를 보여줌



18. 이시카와 - 가나즈키 요리



계절의 맛

가나즈키는 매년 12월에 열리는 일본 전통 축제로, 이시카와 현의 대표적인 향토 요리



풍부한 재료

겨울철 제철 재료인 생선, 버섯, 근채류를 활용하여 만든 건강한 가나즈키 요리



다양한 조리법

숯불구이, 졸임, 찜 등 다양한 전통 조리법으로 선보이는 가나즈키 요리

19. 후쿠이 - 천엽 요리

후쿠이 현 천엽 요리 유명 신선한 제철
천엽 사용 담백한 맛이 특징

화롯불에서 천천히 구워내 육질이 부드
러운 천엽 등심구이와 천엽 전골요리 인
기
또한 천엽을 얹게 저며 초고추장 소스와
함께 즐기는 후쿠이식 천엽 회 별미



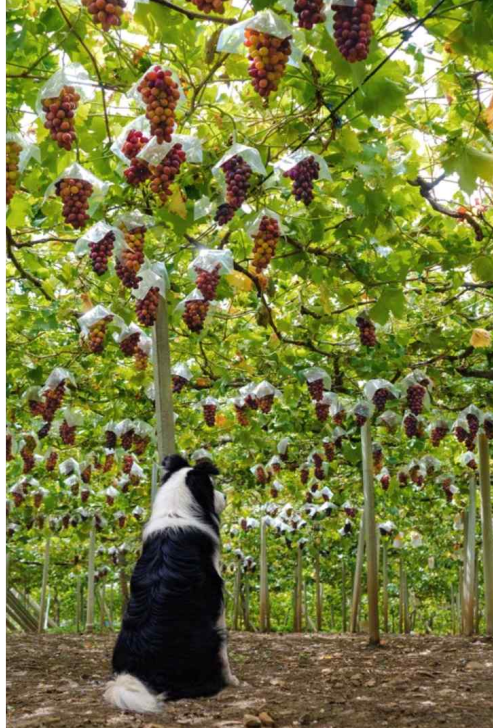
20. 야마나시 - 와인 요리

야마나시 현 일본 내 최고 수준의 와인 산지

풍부한 일조량과 알프스 산맥의 청정한 환경 최상의 와인 생산 조건 갖추

이런 최고급 와인을 활용한 야마나시 특산 와인 요리 깊은 풍미와 조화 일품

와인 소스로 만든 스테이크, 와인으로 졸인 해산물 요리 특히 유명



21.나가노 - 목장 요리

나가노 현은 일본 내 최대 규모의 목장 밀집 지역

신선한 낙농 식재료를 활용한 다채로운 목장 요리
가 특색

치즈, 버터, 요구르트 등 유제품과 고기, 계란으로
만드는 다양한 향토 요리



22. 기후 - 오모리 요리



소고기 훌딱 맛

히다 지방의 명품 와규 소고기로
만든 오모리 구이



계절의 향 가득

가을에 수확하는 맛있는 히다 표
고버섯 요리



미소의 깊은 맛

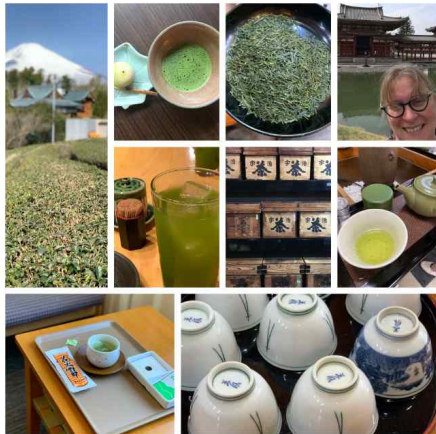
전통 제법으로 숙성시킨 히다 장
을 곁들인 요리

23. 시즈오카 - 녹차 요리

일본 최고의 녹차 생산지 시즈오카에서 만나는 차
요리의 향연

신선한 제철 식재료와 깊은 맛의 우전 녹차를 조화
롭게 조리

부드러운 차 향이 가득한 녹차 소스의 등심 스테이
크와 녹차 라이스



24. 아이치 - 미소 요리

아이치 현은 일본 중부에 위치한 지역으로, 미소 요리가 특히 유명

아이치의 맛있는 미소 요리 세 가지 특징

1. 진한 미소 풍미
2. 다양한 계절 식재료 활용
3. 전통적인 조리법 사용



25. 미에 - 해산물 요리



풍부한 해산물

미에 현은 태평양과 내해에 인접해 있어 신선한 해산물이 풍부



고급 해산물 요리

로브스터, 대게, 참치 등 고급 해산물로 만든 미에의 특별한 요리



이세에비 요리

미에 현의 대표적인 해산물 요리로 손꼽히는 이세에비 요리

26. 시가 - 오미 소고기 요리



풍부한 육질

시가 현의 오미 소고기는 부드러운 식감과 맛이 특징



전통 숙성법

오랜 기간 숙성시켜 깊은 풍미를 완성한 오미 스테이크



다양한 조리법

스테이크와 스키야키 등 오미 소고기로 만든 전통 요리

27. 교토식 요리

교토는 일본 특유의 전통 문화가 여전히 살아 숨 쉬는 곳

이곳의 요리 문화 또한 깊이와 격조 있음

엄격한 조리법과 신선한 제철 식재료로 만든 정갈한 교토식 요리는 매우 정교하고 우아한 맛이 특징

교토 특유의 노란 된장, 맑은 맛의 간장, 달콤한 미림 등 전통 조미료 활용한 요리 유명



28. 오사카 - 타코야키

오사카는 일본 대표 도시 중 하나로, 그 중에서도
타코야키 특히 유명

부드러운 밀가루 반죽에 작은 문어를 올려 구워내
는 타코야키는 오사카의 대표 가로 음식

소스와 마요네즈, 가다랑어 가루와 청파, 생강 등
다양한 토핑이 어우러져 풍미가 뛰어남



29. 효고 - 타르타르 요리

효고 현은 일본 서부에 위치한 지역으로, 신선한 해산물과 엄선된 고기로 만든 타르타르 요리가 유명

생고기와 생선을 섞어 만든 타르타르는 부드러운 식감과 고소한 풍미가 특징

고추, 양파, 캐퍼스 등 다양한 향신료를 넣어 깊이 있는 맛을 낸



30. 나라 - 사슴고기 요리



자유로운 사슴들

나라 공원 자유롭게 돌아다니는
귀여운 사슴들이 유명



전통 사슴고기 요리

나라의 사슴고기는 부드러우면
서도 담백한 맛이 특징



사슴고기 구이

숯불에 구운 사슴고기는 겉은 바
삭하고 속은 부드러워 인기

31. 와카야마 - 고등어 요리

와카야마 지방은 태평양과 내해에 접해 있어 신선한 고등어가 풍부
고유의 특제 소스와 함께 구워내는 와카야마표 고등어 구이가 유명
부드러운 식감과 풍부한 감칠맛으로 인기 매우 높음



32. 도쿠시마 - 우동 요리

도쿠시마는 일본 시코쿠 지방에 있는 현으로, 특히 맛있는 우동으로 유명

도쿠시마의 우동은 탱글탱글한 식감과 진한 국물 맛이 특징

신선한 야채와 닭고기, 달걀 등을 풍부하게 넣어 영양가 높은 우동 요리 선보임



33. 히로시마 - 오코노미야키

히로시마는 일본 서부에 위치한 도시로, 풍부한 해산물과 독특한 토속 요리
유명 히로시마의 변화가 시장 신선한 해산물과 지역 특산물을 판매

특히 히로시마식 오코노미야키와 모찌 요리 꼭 맛봐야 할 대표적인 히로시마
맛집 메뉴 강렬한 풍미와 부드러운 식감이 일품



34. 히로시마-모찌

히로시마의 대표적인 전통 디저트 모찌

부드러운 쌀 반죽에 다양한 속 넣어 만든 일본식 찹쌀떡

고소하고 달콤한 맛으로 유명한 히로시마 모찌

시원한 팔소, 향긋한 말차 크림, 부드러운 아이스크림 등 다양한 속 담고 있음



35. 오키나와-요리들



오키나와 스위트 감자 파이

달콤하고 부드러운 감자 퓨레를 파이 쉼에 담아낸 오키나와의 대표적인 디저트



라멘 우빠

돼지뼈와 닭뼈 국물에 해산물을 더한 오키나와식 라멘으로, 깊은 풍미와 쫄깃한 면발이 특징



토코로텐

해초와 돼지고기를 넣어 만든 전통 오키나와 요리로, 싱그러운 해풍향이 가득



가자미 민물장어 구이

싱싱한 가자미와 부드러운 민물장어를 맛깔나게 구워낸 오키나와 스타일의 해물요리

36.후쿠오카-대표 요리



하카타 라멘

후쿠오카의 대명사로,
진한 돼지고기 육수의
맛이 일품인 하카타식
라멘



야타이 요리

야간 노점에서 즐길 수
있는 각종 꼬치 요리와
오코노미야키



고기 우동

쫄깃한 면발에 부드러
운 소고기가 어우러진
후쿠오카 스타일의 우
동



감바

사케에 볶은 갑각류와
야채가 어우러진 후쿠
오카의 전통 요리

37. 센다이-대표 요리



센다이 구루메 돈부리

신선한 참치와 연어 등 다양한 해산물이 올라가는
센다이 스타일의 돈부리



미소 짜장

된장국물에 돼지고기와 채소를 넣어 만든 유니크한
센다이표 짜장면

38. 나가사키-음식들



나가사키 짬뽕

돼지고기와 해산물이
듬뿍 들어간 진한 국물
의 나가사키식 짬뽕



나가사키 란코

소고기와 야채를 넣어
만든 향긋한 감자 요리



나가사키 요네자와 돼지고기

숯불에 구운 바삭한 겉
과 부드러운 속의 특별
한 돼지고기 요리



나가사키 카레

해산물과 돼지고기가
들어간 독특한 맛의 나
가사키식 카레

39. 히타-음식들



히타 규끼리

히타 지역의 대표적인
소고기 요리로, 부드럽
고 육즙이 풍부한 특별
한 맛을 자랑



히타 토리오카

노릇노릇 구워낸 속은
부드럽고 육즙이 풍부
한 닭고기 요리 독특한
양념이 돋보임



히타 선동부시

신선한 해산물에 히타
의 특별한 양념을 더한
덮밥 요리 향긋하고 풍
부한 맛이 일품

히타 와카노우라 튀김

신선한 해산물과 야채
를 바삭하게 튀겨낸 히
타의 특별한 튀김 요리

40. 나고야-음식들

마키모노 돈부리

인기 있는 나고야 전통 음식으로, 부드러운 돼지고기와 신선한 채소를 담은 맛있는 덮밥 요리

미소 카츠

바삭한 퍼프 페이스트로 만든 돈까스에 달콤한 된장 소스를 곁들인 독특한 나고야식 메뉴

아지나모노

신선한 해산물과 채소를 섞어 만든 맛있는 스테이크로, 나고야의 토속적인 풍미가 느껴짐

41. 요코하마-음식

요코하마는 포트 타운의 매력을 가득 간직한 도시로, 다양한 해산물과 퓨전 요리 유명 선선한 바람과 함께 즐기는 요코하마 야경을 배경으로 펼쳐지는 맛있는 음식 여행

특히 신선한 해산물로 만든 스시와 연어 요리, 그리고 다양한 종류의 라멘과 카레는 요코하마의 대표 음식

또한 피시 앤 칩스와 같은 서구식 메뉴도 맛볼 수 있음

42. 가고시마-음식들

감자 가토 - 가고시마의 대표적인 전통 요리로, 달콤하고 부드러운 감자로 만든 고유의 감자 케이크

고시로야키 - 가고시마의 토종 흑돼지 고기를 천천히 구워낸 바베큐 요리

이부리돼지 고기 요리 - 가고시마의 대표적인 지역 브랜드 돼지고기로 만든 다양한 요리

- 부드럽고 진한 맛이 일품이며, 구이나 찜 요리 즐길

43. 미야자키-음식들

키타아카시가네 소고기 - 미야자키의 대표적인 지역 브랜드 소고기 부드러운 질감과 풍부한 육즙이 특징
숯불구이로 즐기면 고소한 향과 씹는 맛이 일품

치킨 카레 - 미야자키만의 독특한 맛을 지닌 치킨 카레 향신료와 야채의 조화가 매력 담백하면서도 깊은 맛을 내는 것이 특징

사테이 소보로 - 새콤달콤한 소스에 버무린 소고기 밥과 함께 먹으면 그 맛이 더욱 돋보임

44. 오이타의 대표 음식들



가고시마 흑돼지 바비큐

온천으로 유명한 오이타의 전통 요리로, 천천히 구워낸 지방이 풍부한 흑돼지 고기에 신선한 채소를 곁들인 맛있는 바비큐 요리



혼토지 라멘

오이타의 대표적인 라멘으로, 진한 돼지뼈 육수와 향긋한 마늘, 부드러운 계란 토피가 특징



오이타 유자 치즈케이크

유자의 새콤달콤한 풍미가 매력적인 부드럽고 크림미한 치즈 디저트

45. 구마모토 - 음식들



구마모토 오규 소고기

부드러운 식감과 풍부한 육즙이 특징인 구마모토의 유명한 소고기 요리 천천히 구워 낸 오규 소고기는 고소하고 담백한 맛이 일품



가게시마 라면

구마모토 현의 대표적인 라멘으로, 돼지뼈와 닭뼈로 우려낸 진한 육수와 부드러운 면발이 특징 돈코츠 라멘의 맛



아도야끼

전통 방식으로 만든 아도야끼는 부드러운 식감의 튀김 조개요리 구마모토에서만 즐길 수 있는 귀중한 지역 특산물

46. 고치-음식들



고치 구리타마

신선한 해산물로 만든 전통 튀김 요리로, 부드러운 식감과 풍부한 맛이 특징 지역 특산물 활용 독 특한 풍미를 자랑



고치 오토코야마 우동

쫄깃한 면발과 깊은 육수가 조화를 이루는 고치의 대표적인 우동 요리 산지 식재료로 만든 정통의 맛



고치 유자 통조림

신선한 고치 유자로 만든 특별한 통조림 디저트 달콤하면서도 상큼한 유자의 풍미가 일품

47.에히메-음식들

부들부들한 스테이크

에히메 현의 유명한 구르메 특산물인 마이즈루 소고기로 만든 부드럽고 느끼한 스테이크는 에히메 여행의 필수 코스

산뜻한 유자 디저트

상큼한 유자 향이 가득한 에히메의 전통 디저트는 식사 후 깔끔한 마무리

향긋한 다시마 회

에히메 바다에서 직접 채취한 신선한 다시마로 만든 회 씹는 느낌이 부드럽고 풍부한 바다 향이 일품

48. 사누키-우동의 고향

사누키 우동은 일본 서부 지역인 가가와현 사누키 지역의 대표적인 향토 요리
쫄깃한 면발과 진한 육수가 특징으로, 신선한 지역 식재료를 활용해 전통
방식으로 제조
사누키 지역의 아름다운 자연 풍경 속 오랜 세월 동안 전해져 온 사누키 우동
일본의 대표적인 지역 특산 음식 중 하나



. 49. 돗토리-음식들



사해 소바

돗토리 현의 대표적인 향토 요리
인 신선한 해산물과 쫄깃한 면발
이 특징인 사해 소바



붉은대게

돗토리 풍부한 바다에서 직접 잡
은 붉은대게는 지역 대표 특산물



아유타카 메밀국수

아유타카 지역에서 재배한 최고
급 메밀로 만든 쫄깃한 아유타카
메밀국수

50. 아이치-음식들



미소 스프

아이치의 대표적인 향토 음식인 미소 스프 진한 미소 페이스트와 신선한 지역 식재료가 어우러져 깊은 풍미를 자랑



나고야식 우나기동

장어를 구운 후 특제 소스로 버무린 나고야식 우나기동 아이치의 대표적인 명물



카레 오벌레

아이치 지역에서 생산된 신선한 농산물로 만든 카레 오벌레 일본 전통 카레의 깊은 맛을 느낄 수 있는 대표 메뉴