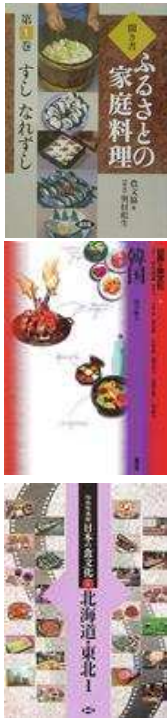


補 食文化に関する全集

過去には以下のような食文化に関する全集が出版されています。
(※書名の 50 音順に並んでいます。)



『お菓子の図書館』全 8 巻 原書房 2012-2019
『聞き書ふるさとの家庭料理』全 21 巻 農山漁村文化協会 2002-2004
『ケンブリッジ世界の食物史大百科事典』全 5 巻 朝倉書店 2004-2005 (館内閲覧用を中央図書館で所蔵)
『講座食の文化』全 7 巻 味の素食の文化センター 1998-1999
『「食」の図書館』全 86 巻 原書房 2013-2024
『食の歴史』全 3 巻 藤原書店 2006
『シリーズ食文化の発見 世界編』全 3 巻 柴田書店 1981
『世界の食文化』全 21 巻 農山漁村文化協会 2003-2009
『全集伝え継ぐ日本の家庭料理』全 16 巻 農山漁村文化協会 2019-2021
『全集日本の食文化』全 12 巻 雄山閣出版 1996-1999
『伝承写真館日本の食文化』全 12 巻 農山漁村文化協会 2006
『日本の郷土料理』全 12 巻 ぎょうせい 1986-1988
『日本の食生活全集』全 51 巻 農山漁村文化協会 1984-1993

※書影画像は BOOK データ ASP から引用しています。

令和7年2月 さいたま市立東浦和図書館発行

電話：048-875-9977 FAX：048-875-9687

さいたま市図書館ホームページ：https://www.lib.city.saitama.jp/

美園図書館資料展示ブックリスト

世界食文化の旅

令和 7 年 2 月 11 日(火)—3 月 16 日(日)



食は私たちの生活に欠かせないものであり、世界中で様々な文化と結びついています。この資料展示では、食材や家庭料理、地域特有のローカルフード、そして美食文化に至るまで、多彩な食の魅力をお伝えします。さらに、飲み物やスイーツ、食文化の変化にも注目し、食を通じて広がる世界の多様性を感じることができるでしょう。

目次

1 ローカルフードを味わう - 世界各地に見るソウルフード -	2
2 家庭料理は食の原点 - 家庭料理世界一周 -	7
3 日本の食 - 和食と郷土料理 -	11
4 美食を巡る - 世界の食を極める -	16
5 スイーツは誘惑する - 甘い食文化 -	20
6 飲みものを愉しむ - あなたはアルコール派? それともノンアルコール派? -	23
7 食生活と食文化 - 「食べる」ということ -	27
補 食文化に関する全集	32

このリストのみかた

『書名：書名関連情報』

著者名

『魅惑の食文化クアラルンプール・マラッカ・イポー：現地在住日本人ライターが案内する』柳澤順子著 東京ニュース通信社 2024.1 (TOKYO NEWS BOOKS) [59 6.22/ヤ：9784065350522]

出版社 出版年（叢書名）

請求記号(美園図書館で所蔵している場合に付けています)：ISBN 番号

・このリストは 2020 年から 2024 年までに出版された日本や世界の食文化に関する本から選んで掲載しています。網羅的なリストではありませんのであらかじめご了承ください。
・このリストに掲載されているものの、展示架に見当たらない本はカウンターのスタッフにお尋ねください。このリストに掲載されている本と同じ傾向の本についてもカウンターのスタッフにお申し付けください。

1 ローカルフードを味わう - 世界各地に見るソウルフード -



ローカルフード、またはソウルフードは、地域の自然環境や歴史、社会的背景に深く根差した料理であり、地域の人々のアイデンティティを象徴しています。これらの料理は、その土地特有の食材や調理法を反映し、代々受け継がれてきたものです。食文化の観点から見ると、ローカルフードは食事を通じて地域の伝統や価値観を表現し、地域の人々を結びつける役割を果たしています。家族やコミュニティの絆を深め、時には歴史的な背景や苦境を乗り越えるために生まれた料理もあり、食文化の多様性を理解するための重要な鍵となります。

書名の 50 音順に並んでいます。



『奄美ごはん：健康・美肌・長寿の島の贈り物 元教員の女将が守り伝える、奄美料理の秘めたるパワー』 患上イサ子著 東京ニュース通信社 2022.9 (TOKYO NEWS BOOKS) [9784065295069]■

『エスニック料理。屋台飯もスパイスカレーも』 アベ・クミコ著 成美堂出版 2022.6 [9784415331140]■



『ガパオ：タイのおいしいハーブ炒め』 下関崇子著 ferment books 2023.8 [9784990863722]

▶ガパオはタイのハーブを使った炒めもの。様々な本場の味を紹介するとともに、アレンジを加えた 130 種のレシピも紹介。発祥、歴史、進化などガパオ・カルチャーにも触れる。



『今日もニヤムニヤムニヤム：ソウルのおいしい定番ごはん案内』 チョ・ギョンギュ文・絵 パン・ヒョンソン写真 こまつようこ、チャ・ジヨン訳 パイインターナショナル 2024.7 [9784756259127]■

『現地発おいしい台湾朝・昼・晩』 小河知恵子著 春陽堂書店 2023.6 [9784394770077]■



『発酵食品の歴史：ビール、パン、ヨーグルトから最新科学まで』 クリスティーン・ボーム・ガースパー著 井上廣美訳 原書房 2021.9 [9784562059515]

▶発酵食品の歴史とは人間と微生物の関係史である。人間はいかに発酵食を発見しその謎を解き、産業としてきたか。著者は酒、パン、乳製品をはじめ世界各地の発酵食の歴史をたどる。最新の微生物叢研究にも触れている。



『ハンバーガーとは何か? : 歴史、調理技法、ビジネスから読み解くハンバーガーの“本当の姿”』 白根智彦著 吉澤清太調理技術監修 グラフィック社 2024.2 [9784766138313]■

『フィッシュ・アンド・チップスの歴史：英国の食と移民』 パニコス・パナイー著 栢木清吾訳 創元社 2020.9 (創元世界史ライブラリー) [9784422203430]

▶フィッシュ・アンド・チップスは 19 世紀の英国で誕生し、20 世紀前半には日常食として労働者階級に広まった。店舗経営者には移民が多く、本書は日常食から見たイギリスの移民と階級社会の英国史でもある。



『フランスから届いたパンのはなし』 酒巻洋子著 産業編集センター 2020.3 [9784863112599]■

『北京の台所、東京の台所：中国の母から学んだ知恵と暮らし』 ウー・ウェン著 筑摩書房 2021.10 (ちくま文庫) [9784480437679]■



『見て、読んで楽しむ世界の料理 365 日』 青木ゆり子著 自由国民社 2024.8 [9784426130220]■



『レストランの誕生：パリと現代グルメ文化』 レベッカ・L.スパンク著 小林正巳訳 筑摩書房 2021.10 (ちくま学芸文庫) [9784480510761]■



『ロブロの教科書：北欧デンマークのライ麦パン 食文化、健康の考え方、パンの作り方から、料理、お菓子への展開まで』 くらもとさちこ著 誠文堂新光社 2024.5 [9784416623947]■



『世界の発酵食をフィールドワークする』横山智編著 農山漁村文化協会 2022.1 [9784540212222]■

『そば学大全：日本と世界のソバ食文化』俣野敏子[著] 講談社 2022.8 (講談社学術文庫) [9784065290323]■



『地球上の中華料理店をめぐる冒険：5 大陸 15 カ国「中国人ディアスポラ」たちの物語』関卓中著 斎藤栄一郎訳 講談社 2024.6 [9784065353820]■

『とー、あんしやさ：琉球料理の記憶と味の物語』山本彩香著 駒沢敏器著 スイッチ・パブリッシング 2023.4 (SWITCH LIBRARY) [9784884186128]
 ▶本書は、“ほんとうの琉球料理”をひとりで守り抜いてきた女性、沖縄の名店「琉球料理乃山本彩香」の料理人・山本彩香への取材による。今では伝説となった当店の記憶と味の物語は著者の「彼女の生きた軌跡を残すのでなければ、料理を伝えることにはならない」という熱意により完成した。



『豆腐の文化史』原田信男著 岩波書店 2023.12 (岩波新書 新赤版) [9784004319993]■

『納豆の食文化誌』横山智著 農山漁村文化協会 2021.6 [9784540181177]■



『肉とすっぽん：日本ソウルミート紀行』平松洋子著 文藝春秋 2020.7 [9784163912233]

▶“害獣”を地域の恵みに変えた島根県美郷町モデル。常識の壁を乗り越え馬肉文化を守り抜いた熊本の挑戦。ほかにもその土地が培った知恵と技を紹介。歩いて食べて考えた、食の未来図を照らすノンフィクション。うまい肉が生まれる現場にはソウルがある。

『日本の家庭料理とレシピの一〇〇年：料理研究家とその時代』平凡社 2022.12 (別冊太陽) [9784582946178]

▶人気料理研究家のレシピを開くと、そこには料理研究家とその時代が見えるとともに、豊穣な世界が現れる。料理書で読む日本の家庭料理とレシピの100年史。



『シウマイの本』シウマイ潤著 産業編集センター 2021.12 [9784863113183]■

『ジンジャーブレッド英国伝統のレシピとヒストリー』安田真理子著 内外出版社 2020.12 [9784862575418]
 ▶イギリスの家庭で愛されている秘伝のレシピとヒストリーについて記載。40 のジンジャーブレッドを「イングランド」「北アイルランド」「ウェールズ」「スコットランド」の地域別に紹介している。



『信州のおばあちゃんたちに聞いた 100 年後にも残したいふるさとレシピ 100』大和書房編集部編 大和書房 2022.9 [9784479921608]■

『スパイスハンターの世界カレー紀行』水野仁輔著 ジンケ・プレッソン写真 産業編集センター 2024.2 [9784863113978]■



『世界のおいしいパン手帖』東京製菓学校監修 世界文化ブックス 2021.6 (楽しもう、大人の時間) [9784418213092]■



『世界のカレー図鑑：101 の国と地域のカレー&スパイス料理を食の雑学とともに解説』地球の歩き方編集室編集 地球の歩き方 2022.3 (地球の歩き方 BOOKS 旅の図鑑シリーズ) [9784058017517]
 ▶世界各国・各地域をくまなく案内する「地球の歩き方」の姉妹編「図鑑」シリーズ。テーマごとに世界をまとめて掘り下げている。本書は第 12 弾に当たり、一度は食べてみたい世界のカレーとスパイスを食材や特徴とともに紹介。歴史や文化、習慣も解説している。

『世界の現地ごはん帖：ハナコの書き留めた「味コピ」! おいしいトコだけ世界一周食べ歩き』ツレツレハナコ著 光文社 2024.2 [9784334102319]

▶世界中を旅した著者がアジアの屋台、現地のお母さんや料理教室で習った知識をもとにレシピ化。旅のエッセイとともに自宅で旅気分を味わえる一冊。



『世界のサラダ図鑑：驚きの組み合わせが楽しいご当地レシピ 304』佐藤政人著 誠文堂新光社 2021.11 [9784416521823]■

『世界の地元メシ図鑑：222 人の旅人たちの思い出の味を食の雑学とともに解説』地球の歩き方編集室編集 地球の歩き方 2022.6 (地球の歩き方 BOOKS 旅の図鑑シリーズ) [9784058018095]

▶「図鑑」シリーズ第 17 弾。本書は Facebook グループ「食べるぞ!世界の地元メシ」を書籍化したもの。旅人たちによる旅メシの記録は地域の食文化を理解する助けにもなる。

『世界の中華料理図鑑：中国と世界に広がる 349 の名物中華料理を食の雑学とともに解説 本場の味を日本で体験できるレストランガイド付き!』地球の歩き方編集室編集 地球の歩き方 2022.6 (地球の歩き方 BOOKS 旅の図鑑シリーズ) [9784058018088]

➤「図鑑」シリーズ第 16 弾。中国八大料理を中心に本場の中華を案内するとともに世界各地に広がる中華料理の特徴や食材を紹介。中華料理の奥深さを感じることができる。



『世界の街角グルメ』パイインターナショナル編著 島本美由紀文・レシピ パイインターナショナル 2023.5 [383.8/パイ：9784756256683]■

『世界の麺図鑑：59 の国と地域の多彩な面料理 230 種類を旅の雑学とともに解説』地球の歩き方編集室編集 地球の歩き方 2022.12 (地球の歩き方 BOOKS 旅の図鑑シリーズ) [9784058019191]

➤「図鑑」シリーズ第 26 弾。世界各地の麺料理を紹介するとともに、日本で食べられる店や自宅で楽しむレシピも掲載する。



『タイ味紀行：知られざる“おいしい”を訪ねて』岡本麻里著 イカロス出版 2024.9 [9784802214926]■

『台北エリア別満喫旅 食べまくり!：1 日弾丸でも、2 泊 3 日でも、何日でもムダなく大充実』門司紀子著 小学館 2023.12 (LADY BIRD 小学館実用シリーズ：台北弾丸食べまくり 2) [9784098023134]

➤本書は初の著書『台北日帰り弾丸旅 食べまくり! 1 年 12 回』の第 2 弾。台北を 8 エリアに分け、著者特選ルートと激推し店を多数紹介。弾丸でもそうでなくても役に立つ情報が満載。



『タイ飯、沼。』高田胤臣著 晶文社 2023.11 [9784794973801]■

『台湾名店 137：現地在住のグルメ好きが厳選したガイドブックにのらない本当においしい店』tatsuya 著 ワニブックス 2024.5 [292.24/タツ：9784847074332]■



『食べ歩くインド 増補改訂版』小林真樹著 阿佐ヶ谷書院 2024.5 [9784911197011]

➤本書は以前「北・東編」「南・西編」に分けて刊行していた各書をまとめた増補改訂版。著者が長年かけて食べ歩いたインド各地の料理のすべてを紹介する。現地の名店も解説。

『知っておきたい!インドごはんの常識：イラストで見るマナー、文化、レシピ、ちょっといい話まで』バンカジ・シャルマ文 アリス・シャルバン絵 サンドラ・サルマンジー|レシピ 関根光宏訳 原書房 2023.3 [9784562072613]

➤知っているようで知らないインドの食文化。レシピ、逸話、宗教、作法などをキーワードに、国民的飲み物となったチャイの意外な歴史や、アーユルヴェーダ、儀式での料理、ストリートフードなどインドの楽しい毎日の食事をイラストで解説する。

『知っておきたい!ベトナムごはんの常識：イラストで見るマナー、文化、レシピ、ちょっといい話まで』ナタリー・グエン文 メロディー・ウン絵 三本松里佳訳 原書房 2023.7 [9784562072927]

➤バイン・ミー、バイン・セオ、フォーなどおいしいベトナム料理を多数紹介。ベトナムのおいしい食文化がよくわかり、旅行や食べ歩きが楽しくなる情報を満載。ベトナム料理における陰と陽、五行思想、食事における礼儀作法、郷土料理にお祝い料理、そして外食産業についても語られる。

『知っておきたい!中国ごはんの常識：イラストで見るマナー、文化、レシピ、ちょっといい話まで』マルゴ・ジャン文 ジャオ・エン・ヤン絵 広野和美訳 原書房 2024.7 [9784562074235]

➤月餅は冷やして食べる? 円卓で主賓はどこに座る? 八大中国料理って何? 北京ダックに点心、麺類はもちろん郷土料理まで、中国の食文化をわかりやすく説明する。これで中国 4000 年の楽しい食事が見えてくる!?



『食で読む東方見聞録』遠藤雅司著 山川出版社 2024.8 [9784634152427]■

『食物の世界地図：起源・歴史・交易・文化』ジル・フュメイ、ピエール・ラファール著 土居佳代子訳 柊風舎 2021.2 [9784864980807]■



『地球のかじり方 世界のレシピ BOOK：62 の国と地域の名物料理 89 品を再現!食の歴史・文化・習慣を学べる雑学コラム付き 旅の料理レシピ本』地球の歩き方編集室監修 佐藤わか子料理制作 学研プラス 2022.6 (地球の歩き方 BOOKS) [9784058017951]

➤日本で入手できる食材と調味料を使って世界 62 の国と地域の名物料理 89 品のレシピを紹介。本場の味を身近な食材で再現する。また、その国や地域の食文化・食の歴史・食習慣などの情報も掲載する。



『世界の中華料理：World Chinese Dishes の文化人類学』川口幸大編 昭和堂 2024.11 [9784812223222]■



『英国の喫茶文化』クレア・マセツ 野口結加訳 論創社 2021.1 [9784846020118]■

『沖縄の食文化』外間守善著 筑摩書房 2022.11 (ちくま学芸文庫) [9784480511546]■



『沖縄島料理：食と暮らしの記録と記憶』岡本尚文監修・写真 たまきまさみ文 トゥーヴァージンズ 2021.10 (沖縄島探訪) [9784910352077]

▶異国との交流、気候風土、古くから息づく風習や思想、社会情勢のめまぐるしい変化。独自の食文化を形づくってきた「沖縄の料理」を贈ってきた人々は何を思い、何を信じ、「食」と向き合ってきたのか。暮らしに不可欠な「食」を通して沖縄の戦前・戦後の歴史をたどり、人々の歩みを記録する。伝統を伝える料理店 10 件のほか、沖縄本島全域から地域に根ざす料理店・場所全 42 軒も取材。

『「家庭料理」という戦場：暮らしはデザインできるか?』久保明教著 コトニ社 2020.1 [9784910108018]

▶小林カツ代、栗原はるみといった料理研究家の著作からレシピ投稿サービス「クックパッド」まで、文化・社会人類学者である著者は数々のレシピをもとに作って食べて考える。そして、生活と学問を往復しながら家庭料理をめぐる様々な関係の変遷を追う。

『北朝鮮の食卓：食からみる歴史、文化、未来』キムヤンヒ著 金知子訳 原書房 2024.11 [9784562074761]

▶北朝鮮について学ぶ「北韓学」を専攻した著者が、その専門知識によって、「食べ物／料理」を切り口に、北朝鮮訪問時に見聞したこと、その時々々の社会情勢、北朝鮮の社会制度と住む人々の暮らし、周辺国との関係を語る。平壤冷麺だけではない北朝鮮の郷土料理について、歴史だけでなく、未来へ向けてのレシピにも触れている。



『京都の食文化：歴史と風土がはぐくんだ「美味しい街」』佐藤洋一郎著 中央公論新社 2022.10 (中公新書) [9784121027214]■

『酒が薬で、薬が酒で：ビール、ワイン、蒸留酒が紡ぐ医学史』キャンパー・イングリッシュ著 海野桂訳 柏書房 2023.11 [9784760155415]■



『サンダー・キャッツの発酵の旅：世界中を旅して見つけたレシピ、技術、そして伝統』Sandor Ellix Katz 著 水原文訳 オライリー・ジャパン 2024.6 (Make:Japan Books) [9784814400577]

▶発酵食品を探して世界中を回った旅の記録であり、世界各地の発酵技術や 50 以上のレシピの紹介で構成された一冊。地元の食材を最大限生かすための発酵技法と人々の情熱をユニークな発酵食品とともに味わえる。

『中南米グルメ紀行：México/Guatemala/Nicaragua/Panamá/Perú/Brasil』さかぐちとおる著 東京堂出版 2022.12 [9784490210774]

▶世界各国には様々な郷土料理があるが中南米各国も例外ではない。本書では著者が歩いて見て食べた、現地で気軽に食べられる代表的な郷土料理を紹介。食生活の背景を解説するとともに観光スポットにも触れている。

『津軽伝承料理：発酵、うまみ、プラントベースを駆使した食の知恵』津軽あかつきの会著 柴田書店 2021.7 [9784388063390]

▶本書は青森県弘前市で“伝承料理”活動が続ける農村の女性たちが地域の高齢者にインタビューしてまとめたもの。約 5 年の歳月をかけて、絶滅寸前だった“母の味”を記録して 200 品以上をレシピ化、本書では 88 品が紹介されている。



『なかしましほソウルのおいしいごはんとおやつ』なかしましほ著 KADOKAWA 2024.4 [9784048976480]■

『日本全国地元パン』甲斐みのり著 エクスナレッジ 2023.4 [9784767831077]■



『ハワイローカルグルメ完全ガイド』ショーン・モリス著 赤澤かおり編集 朝日新聞出版 2023.6 [9784023347366]■



『ベトナムのまちごはんバインミー：はさんでおいしいレシピ 53』有我エリ著 イカロス出版 2023.9 (旅のごはん BOOK) [9784802213400]■



『マカオ行ったらこれ食べよう!：地元っ子、旅のリピーターに聞きました。』伊能すみ子著 誠文堂新光社 2020.1 [9784416520246]

▶1999 年 12 月、ポルトガルから中国に返還されたマカオ。大航海時代にもたらされたポルトガル料理。マカオから住み着いた中国人による広東・福建料理。そしてこれらがミックスの上独自の発展を遂げたマカオ料理。ソウルフードからマニアックな料理までマカオを味わう一冊。



『魅惑の食文化クアラルンプール・マラッカ・イポー：現地在住日本人ライターが案内する』柳澤順子著 東京ニュース通信社 2024.1 (TOKYO NEWS BOOKS) [596.22/ヤ：9784065350522]■



『魅惑のスパイスごはんビリヤニ』ビリヤニ太郎著 自由国民社 2023.8 [9784426127473] ㊦

『47 都道府県日本全国地元食図鑑』菅原佳己著 平凡社 2022.4 [9784582632286] ㊦



『ラオス料理を知る、つくる』岡田尚也著 小松聖児著 グラフィック社 2024.3 [9784766138597] ㊦

MEMO

7 食生活と食文化 - 「食べる」ということ -



人類にとって食は生命維持の基本であると同時に、文化や社会の発展を支える中心的な要素です。古代では狩猟や採集、農耕の発展により食生活が安定し、地域ごとの食文化が形成されました。中世以降、交易や技術革新により香辛料や新食材が広まり、多様な料理が生まれました。現代では、産業化とグローバル化が食の選択肢を広げる一方、健康志向やサステナビリティが注目されています。食は単なる栄養摂取を超え、文化、経済、コミュニティをつなぐ重要な役割を果たし続けています。

書名の 50 音順に並んでいます。



『味の台湾』焦桐[著] 川浩二訳 みすず書房 2021.10 [9784622090458] ㊦

『インドの食卓：そこに「カレー」はない』笠井亮平著 早川書房 2023.12 (ハヤカワ新書) [9784153400160]

▶日本人も大好きな「カレー」は、イギリスが植民地時代のインドに押し付けた概念である。インド人は「ダール」「サンバル」「コルマ」と細分化して呼ぶ。本書ではインドの文化・歴史・宗教に精通する南アジア研究の第一人者がインド料理のステレオタイプを解き、その豊穡な食文化を案内する。

『インドの台所』小林真樹著 作品社 2024.7 [9784867930311]

▶南アジア各地の食器・調理器具の輸入販売者にして日本屈指のインド料理マニアのアジアハンターが案内するディープな「インド台所紀行」。インドの端から端まで様々な台所を巡る中から、「食の内側」である台所を、食器や調理器具、調理工程に着目しつつ、インドの歴史や文化、社会問題などを交えて解説する。



『ウクライナの料理と歴史』オレナ・ブライチェンコ[ほか]著 田中裕子訳 日本ウクライナ友好協会 KRAIANY|ウクライナ語監修 小学館 2022.12 [9784093070140] ㊦

『緑茶耽美：日・中・韓茶文化の美』ソ ウンミ著 瀧澤織衣訳 クオン 2022.8 (クオン人文・社会シリーズ) [9784910214306]

➤日中韓の日常を彩る美しき緑茶文化。三国は緑茶をどのように受け入れて新たな文化として発展させたのか。暮らしだけではなく、建築や絵画などの芸術作品も通してその流れに迫る。共感する茶文化が期待される。

『レモンサワーの教科書：進化が止まらない、サワーカルチャーのすべて 完全保存版』
榎出版社 2020.2 (エイムック) [9784777958092]

➤大衆酒場で長年愛されてきた「レモンサワー」。本書は約半世紀で独自に発展した日本のサワーカルチャーをまとめた一冊。サワーの歴史と今のサワー人気を解き明かすとともに、絶品おつまみ 19 品、各種サワーの名店ガイドを紹介する。

MEMO

2 家庭料理は食の原点 - 家庭料理世界一周 -



家庭料理は、地域ごとの風土や歴史、習慣を反映し、代々受け継がれてきた食文化の基盤です。家庭で作られる料理は、地元の食材や季節感を重んじ、家庭の味として親しまれています。また、家族やコミュニティとの絆を深める場でもあり、食を通じて文化や価値観が伝承されます。食文化の観点から見ると、家庭料理はその土地の食材や調理法を学ぶ重要な手段であり、食事の在り方が家族や社会の生活様式に深く関わっていることがわかります。

書名の 50 音順に並んでいます。

『アジアの台所に立つとすべてがゆるされる気がした』コウケンテツ著 新泉社 2020.11 [9784787720269]

➤アジアの家族と出会って過ごしたほんわかした日々とアジアの台所で作った味と料理を綴った旅エッセイ。51 のレシピを紹介する。シンガポールチキンライスからマニャックな料理まで収録。

『アメリカ南部の台所から』アンダーソン夏代著 KTC 中央出版 2024.6 [9784877588618]

➤アメリカ南部の料理研究家である著者が描くアメリカ・ディープ・サウス食文化の世界。取り上げる料理のほとんどは古き良き家庭の味で、食材や料理、調味料、レストランやスーパーマーケット、文化について、好奇心を手にユーモアを交えて綴る。



『石井好子のヨーロッパ家庭料理 新装版』石井好子著 河出書房新社 2021.2 [9784309288673]

『イタリア料理大全：厨房の学とよい食の術』ペッレグリーノ・アルトゥージ著 工藤裕子監訳 中山エツコ[ほか]訳 平凡社 2020.7 [9784582632224]

➤2020 年が著者の生誕 200 周年であることを記念して出版された初の日本語版。著者は 20 年かけて主に北イタリアを中心に回り 790 のレシピを集め、イタリアでは一家に一冊あると言われるイタリア料理の聖典だ。日本語版は最新の第 15 版をもとに初版本など参考に翻訳された。

『ウクライナの家庭料理：キャプション家に伝わる日々のごはん 簡単でおいしいから、何度も作りたくなる!』平野顕子著 イーゴ・キャプション著 バルコエンタテインメント事業部 2022.12 [9784865064063]

➤日本初のウクライナ家庭料理レシピ集。サラダとサイドディッシュ、スープ、メインディッシュ、デザートが紹介され、ウクライナの歴史と伝統を反映した料理が並ぶ。すべてのメニューに関連エピソードが付く。



『沖縄いつもの家族ごはん：急がない、競わない、癒しの暮らし方』田中えり著・写真 講談社 2022.10 [9784065294949]■

『クルドの食卓』中島直美著 ぶなのもり 2022.4 [9784907873103]

➤美食の街トルコから来たクルド人が自宅で作る家庭料理のレシピ 33 を紹介する。在日クルド人の最新情報、女性たちと高校生から聞いた食事のエピソードも収録する。



『コウケンテツの日本 100 年ごはん紀行 [1]・2』NHK「コウケンテツの日本 100 年ごはん紀行」制作班 著 中央公論新社

[1] 千葉 房総半島 岩手 三陸・遠野 2023.7 [9784120056727]■

2 沖縄 宮古島・本島 大分 別府温泉 島根 松江・出雲 2024.2 [9784120057533]■



『SUMMER KITCHENS：故郷ウクライナ追憶のレシピ』オリア・ハーキュリーズ著 エレーナ・ヘザーウィック写真 ジョー・ウッドハウス写真 [横倉直美訳] 誠文堂新光社 2023.5 [9784416523650]■

『修道院の煮込み：スペインバスクと北の地方から』丸山久美 著 主婦と生活社 2023.10 [9784391160215]

➤多くのスペイン伝統料理が生まれた修道院。本書は、スペイン家庭料理研究家がスペインのバスク地方と北部の修道院を訪ねて修道女から教わったレシピと文献からのレシピをまとめたもの。修道院の一日や現地で撮影した写真も多く掲載。



『食文化・郷土料理がわかる世界の国旗弁当：世界 220 カ国・地域料理の作り方や食材を通してお国柄を知る 220 Recipes』青木ゆり子著 誠文堂新光社 2021.7 [9784416521915]■



『「日本の酒蔵」のひみつ：名酒の歴史とこだわりがわかる本 もっと味わう日本酒超入門』酒蔵のひみつ研究会著 メイツユニバーサルコンテンツ 2023.1 [9784780427257]■

『はじめてのテキーラの教科書：こんなに楽しいお酒を知らないのはもったいない!』目時裕美著 主婦の友社 2024.4 [9784074567706]

➤メキシコの蒸留酒「テキーラ」に関する正しい知識と楽しむための情報を紹介。強い酒というイメージが強いが、現在はよりカジュアルに楽しむお酒として人気は高まっている。日本で買えるテキーラの銘柄と販売店情報も併せて掲載。

『ビールの自然誌』ロブ・デサール、イアン・タッターソル著 ニキリンコ、三中信宏訳 勁草書房 2020.1 [9784326750566]

➤人類とともに歩んだビールはもはや普遍的文化だ。本書はビールについて人類誕生前から現代社会まで科学的に解説する。著者二人は、あるときは史料を読み込み、あるときは世界中を旅し、古代の醸造法や人気のクラフトビールに迫る。面白くて意外な話が満載。



『黄酒[ファンジョウ]入門：紹興酒をはじめ中国地酒を約 120 種 製法・味の特徴・ペアリングまで』門倉郷史著 今井亮料理協力 誠文堂新光社 2023.9 [9784416623312]■

『ベルギービール解体新書』山本高之著 文彩堂出版 2024.6 [9784868020509]

➤2011 年に『ランビック：ベルギーの自然発酵ビール』を出版した著者は、現在の「ベルギービールの常識」に共通する同じような論調に多様性のなさを感じ、本書でその常識を少し掘り下げて相対化してみようとする。著者曰く、「ベルギービールについて結構深く知っている人」や「ベルギービールに溺れている人」を読者に想定している。前著に関連してその後の「ランビックの 10 年」も記載あり。

『ポルトガル・ワイン』山本博著 早川書房 2021.1 [9784152099983]

➤ポルトガル・ワインといえばポートといった酒精強化ワインが有名だが、近年はヴィーニョ・ヴェルデなど様々な地域のワインが知られるようになった。この 10 年で輸入量が 4 倍にもなったポルトガル・ワインの主要な銘柄、生産地、ワイナリーを完全紹介する日本初のガイドブック。



『武蔵の酒蔵めぐり。：おとりよせよりおでかけ 蔵見学、試飲、直売所限定酒、酒蔵料理、埼玉の酒蔵が旨い。』おでかけ NA 埼玉制作班編 山崎 美奈子編 徳間書店 2020.2 [S588.52/㍿：9784198650391]■



『厳選紅茶手帖：ダーズリンから和紅茶までおいしい茶園が勢ぞろい! 新版』世界文化ブックス 2021.6 (楽しもう、大人の時間) [9784418213061]■

『コーヒープラネット：知られざる各国のレシピと憩いの文化史』ラニ・キングストン著 和田侑子訳 グラフィック社 2022.11 [596.7/冊：9784766136722]■



『蒸溜酒の自然誌』ロブ・デサール、イアン・タッターソル著 白井慎一監修 内田智穂子訳 原書房 2023.10 [9784562073375]

▶ウイスキー、ブランデー、ジン、ウォッカ、ラム、テキーラ、焼酎を代表例とする蒸溜酒。誕生以来の技術進化、創意工夫による発展について、文化、社会、科学、歴史など幅広い分野から迫る。

『世界のお酒図鑑：112 の国と地域の地酒を酒の雑学・お約束とともに解説』地球の歩き方編集室編集 地球の歩き方 2023.2 (地球の歩き方 BOOKS 旅の図鑑シリーズ) [9784058019252]

▶「図鑑」シリーズ第 27 弾! 旅先で現地の酒を楽しむことは旅の醍醐味の一つ。本書では世界各国・各地域のビール、ワイン、ハードリカー、カクテルなど幅広い酒をちょっとした雑学とともに紹介。日本でも増えてきた本場の味を楽しめるレストランやショップなども掲載している。



『世界のおつまみ図鑑：世界のおつまみ全 100 種とおつまみをおいしく味わう基礎知識』マイナビ出版 2020.1 [9784839971571]■

『土着品種でめぐるイタリアワインの愛し方』内藤和雄著 講談社 2022.9 (講談社の実用BOOK) [9784065288702]■



『日本酒の起源：カビ・麴・酒の系譜 新版』上田誠之助著 八坂書房 2020.1 [9784896942699]■

『日本のおいしい酒旅：今度の週末、どこで何呑む?何食べる?』朝日新聞出版編著 朝日新聞出版 2022.12 (ASAHI ORIGINAL) [9784022783462]

▶日本のおいしい酒とまちを巡る旅案内。北は北海道余市から南は沖縄宮古島まで 20 以上の酒とまち、100 超の酒スポットを紹介。TOKYO 酒場 LIST28 も掲載する。

『炊飯器でつくる!世界の炊き込みご飯』荻野恭子講師 日本放送協会編集 NHK 出版編集 NHK 出版 2020.1 (NHK テキスト NHK まる得マガジン) [9784148272871]

▶世界各地の米料理を炊飯器で簡単に再現。「米を入れる」「具材をのせる」「炊き汁を入れる」の 3 ステップでメキシカンライス、リゾット、ピリヤニ、ビビンバ、パエリア、カオマンガイなどが家庭で作れるレシピを紹介。



『スペイン家庭料理本場のパエリア：決定版 家族や友だちと囲んで楽しむ。』丸山久美著 グラフィック社 2024.10 [9784766139754]■

『世界の朝ごはん：66 カ国の伝統メニュー』WORLD BREAKFAST ALLDAY 監修 パイインターナショナル編著 パイインターナショナル 2023.3 [383.8/冊：9784756255952]■



『世界の朝ごはん、昼ごはん、夜ごはん：みんな、何を食べてるの?』ニキズキッチン著 グラフィック社 2023.8 [596.2/冊：9784766137859]■



『世界のたまご料理』岡根谷実里講師 日本放送協会編集 NHK 出版編集 NHK 出版 2022.4 (NHK テキスト：NHK まる得マガジン) [9784148273151]

▶日本の食卓でもなじみの「たまご」は世界各地でも欠かせない食材。本書では日本のレシピにはないレシピを紹介し、たまごの新しい魅力を伝える。人気のフレンチトーストやたまごドリンクなど現地の家庭での作り方も紹介する。

『たまご料理 57 皿』プレジデント社 2021.5 (プレジデントムック dancyu 定番シリーズ) [9784833480208]

▶毎日食べたいたまご料理を曜日ごとに一週間、テーマを決めて提案。たまごおかずから世界のたまご料理、たまご晩酌、そして最高峰のたまご料理まで毎日食べても飽きないたまご料理のレシピを 57 皿紹介する。



『日本全国お雑煮レシピ：地元に行って、作って、食べた』粕谷浩子著 池田書店 2022.11 [596.21/冊：9784262130699]■

『日本のおむすび：47 都道府県を旅して見つけた毎日楽しめるレシピ 94』菅本香菜著 ダイアモンド社 2024.10 [9784478120200]■





『日本の肉じゃが世界の肉じゃが』阿古真理著 新星出版社 2024.12 [9784405094604]■



『はじめてでも美味しく作れるロシア料理』ヴィタリ・ユシュマノフ著 世界文化ブックス 2021.12 [9784418213207]■



『バルト三国のキッチンから』佐々木敬子著 産業編集センター 2023.6 [9784863113688]■



『ハン・ボクソンのオンマの食卓：決定版韓国家庭料理大全 このレシピでつくれば母の味がそのままに』ハン・ボクソン著 栗山和代訳 パイインターナショナル 2024.1 [9784756257987]■

『フランス伝統料理と地方菓子の事典：全地方の食文化や歴史、食材、ワイン、チーズの知識から料理・菓子の作り方まで俯瞰して理解できる』大森由紀子著 誠文堂新光社 2021.8 [9784416521076]■

『プロヴァンスのいつものごはん：南仏の台所から』ダヴィッド・ミシャル著 町田陽子著 イカロス出版 2021.12 [9784802211055]■



MEMO

6 飲みものを愉しむ - あなたはアルコール派？ それともノンアルコール派？ -



アルコール飲料やノンアルコール飲料は、食文化において重要な役割を果たしています。アルコール飲料は、世界各地で地域特有の原料や醸造技術を活かし、ビール、ワイン、日本酒など多様な形で発展しました。これらは食事との相性を楽しむだけでなく、社交や儀礼の場でも欠かせない存在です。一方、ノンアルコール飲料も健康志向の高まりや宗教的背景から注目され、多様化が進んでいます。どちらも、嗜好品としての楽しみだけでなく、文化やコミュニティの絆を深める媒介として食文化に貢献しています。

書名の 50 音順に並んでいます。

『海を越えたジャパン・ティー：緑茶の日米交易史と茶商人たち』ロバート・ヘリヤー著 村山美雪訳 原書房 2022.3 [9784562071487]

▶幕末の頃、アメリカ人は日本人より緑茶を飲んでいた!? 当時日本人は「茶色い番茶」を飲んでた。本書は両国の茶文化の始まりから、長崎のグラバー茶貿易商と明治維新の関係、京都・静岡・九州の名産地まで、「交易」から見るもうひとつの緑茶の物語である。



『お茶を楽しむ教科書：理由がわかればもっとおいしい!』世界のお茶専門店ルピシア協力 ナツメ社 2024.3 [596.7/冊：9784816374944]■

『果実酒歳時記：季節を味わう果実酒暮らし』渡邊修文 星野博美絵 唐沢トランスレーションサービス訳 上毛新聞社出版部 2021.5 [9784863522817]■



『暮らしを豊かに彩る 100 種類のお茶』お茶と暮らし研究会編 自由国民社 2023.7 [9784426128777]■

『厳選カクテル&Bar 手帖 新版』渡辺一也監修 世界文化ブックス 2021.11 (楽しもう、大人の時間) [9784418213191]■





『チョコレートを楽しむ 12 章』佐藤清隆著 幸書房 2024.1 [9784782104811]■



『バウムクーヘンの文化史：パン・料理・菓子、越境する銘菓』三浦裕子著 青弓社 2022.12 [9784787220974]■



『洋菓子を楽しむ教科書：歴史を知ればもっとおいしい!』吉田菊次郎著 ナツメ社 2024.3 [9784816374999]■



『和菓子の愉しみ：ながめて、愛でて、味わう工夫×新しい和菓子 24×基礎知識』堀部美奈子著 翔泳社 2024.6 (暮らしの図鑑 私らしい、モノ・コトの見つけ方。) [9784798182261]■

『和菓子のひみつ：楽しみ方・味わい方がわかる本 ニッポンの菓子文化超入門』「江戸楽」編集部著 メイツユニバーサルコンテンツ 2021.12 [9784780425680]■



『東京あんこ図鑑』エクスナレッジ 2024.9 [9784767833248]■



『パネッtoneとパンドーロ：ドンク・佐藤広樹が伝えるイタリア発酵菓子の技術』佐藤広樹技術監修 ドンク著 柴田書店 2021.11 [9784388063420]■



『リンツのチョコレートと 55 のレシピ：from Lindt Maître Chocolatier』Lindt 著 誠文堂新光社 2020.1 [9784416719411]■



3 日本の食 - 和食と郷土料理 -



日本の食文化は、四季折々の自然や地域ごとの特産品を活かした調和が特徴です。和食は「五味五色五法」の調理哲学に基づき、素材の持ち味を引き出す繊細さが重視されます。また、「一汁三菜」の基本形は栄養バランスや美意識を反映し、健康的で美しい食事を提供します。さらに、郷土料理は各地域の風土や歴史、祭事との結びつきが強く、地域コミュニティやアイデンティティの象徴として機能しています。これらは日本人の自然観や生活哲学を映し出し、海外からも高く評価されています。

書名の 50 音順に並んでいます。



『阿闍梨さまの料理番：もっと知りたい精進料理』鳥居本幸代著 春秋社 2020.12 [9784393751268]■



『英語でガイド!外国人がいちばん食べたい和食 90 選』片山晶子著 Jリサーチ出版 2020.1 [9784863924611]■



『うなぎ大全：読めばもっとおいしくなる』高城久著 講談社 2024.6 [9784065360606]■

『英語で伝えたい!美味しい和食：基本の和食を英語で知ろう 和食のレシピで英語を学ぼう』検見崎聡美料理 主婦の友社編 主婦の友社 2020.8 [9784074445608]
 ▶日本食として思い浮かぶ寿司、天ぷら、刺身、味噌汁、肉じゃがなど、調理のプロセス写真を多く取り入れ、初めてでも作れるよう英語と日本語で紹介している。日本料理の基本や日本の年中行事にも触れている。



『お味噌知る。』土井善晴著 土井光著 世界文化ブックス 2021.11 [9784418213177]■



『お餅の便利帖』 飛田和緒著 東京書籍 2023.12 [596.3/ビダ : 9784487817238]■



『季節を味わうはじめての和食：日々の暮らしが豊かになる日本料理の基本を学ぶ一冊』 一二三庵著 マイナビ出版 2023.12 [9784839983673]■

『教養としての和食：食文化の歴史から現代の郷土料理まで』 江原絢子監修 山川出版社 2024.4 [9784634152441]■



『葛の本：INOUE TENGYOKUDO 150th Anniversary』 井上天極堂監修 金壽堂出版 2020.1 [9784903762258]■

『麴 作りかたから活用法まで：世界で進化する日本の発酵カルチャー』 石鼎裕, ジェレミー・ウマンスキー著 和田侑子訳 グラフィック社 2024.6 [9784766137798]

▶米国最先端の料理研究家とシェフのコンビが、世界の発酵文化の中から突出して優れた「麴」の力に着目。革新的で創造性あふれる麴の新しい活用法を提案する。



『知っておきたい和食の文化』 佐藤洋一郎編 勉誠出版 2022.2 [9784585330011]■

『醤油本：醤油を見つけて醤油を知り醤油を楽しむ本 改訂版』 高橋万太郎著 黒島慶子著 玄光社 2023.8 [9784768318294]

▶日本の食卓には欠かせない調味料「醤油」。全国に約 1,400 ある醤油蔵ではそれぞれが独自の醤油を作っている。本書では醤油の知識から種類、製造方法、選び方・使い方まで醤油の魅力と味について説明する。料理がよりおいしくなる自分好みの醤油を見つけてはいかが？



『すし本：海から上がって酢飯にのるまで』 岡田大介著 大和書房 2024.5 (ビジュアルだいもん文庫) [9784479320876]■

『世界に教えたい日本のごはん WASHOKU：イラスト&英語でガイド』 川村淳平[画] 沢田眉香子編 リース恵実[訳] 淡交社 2021.1 [9784473044372]

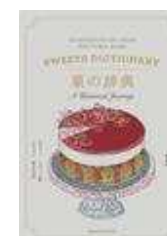
▶日本のごはん文化を英語で喋れるようイラストを添えて説明する手引書。寿司や天ぷらといった王道の日本食からダシ、発酵食、関西と関東の味の差など「英語で説明できそうで、できなかった」項目を意識して作られている。



『おとなのゼリー：あたらしい食感を味わう』 高石紀子著 家の光協会 2023.5 [9784259567613]■



『菓の辞典：A Historical Journey』 長井史枝テキスト いのうえ彩イラスト 雷鳥社 2022.12 [9784844137900]■



『四季を彩る英国菓子とパン、ときどきアフタヌーンティー：英国食文化から人気ティールーム、パブのレシピまで』 小関由美著 誠文堂新光社 2024.5 [9784416723050]■

『史料でみる和菓子とくらし』 今村規子著 淡交社 2022.3 [9784473044921]■



『図説デザートの世界』 ジェリ・クインジオ著 富原まさ江訳 原書房 2020.1 [9784562057221]

▶食後のデザートは至福の時間。デザート誕生の背景、香辛料とのつながり、デザートの進化と産業革命の関係、大衆文化からの影響など、デザートの意外に短い歴史をエピソードとともに紹介する。

『世界のお菓子図鑑：113 の国と地域&日本 47 都道府県のローカルおやつを食の雑学とともに解説』 地球の歩き方編集室編集 地球の歩き方 2022.12 (地球の歩き方 BOOKS 旅の図鑑シリーズ) [9784058019184]

▶「図解」シリーズ第 25 弾。海外の代表的な菓子、名物菓子から日本の知られざるローカルな菓子まで、国・地域別に解説。日本は 47 都道府県を網羅。その国・地域の歴史や文化、風習の違いも学べる。本場のシェフによるレシピも多数掲載し、日本でも楽しめる店も併せて紹介。



『世界のおやつ図鑑：魅惑の組み合わせが楽しいご当地レシピ 305』 佐藤政人著 誠文堂新光社 2024.10 [9784416524206]■



『全 201 国地域おうちで作れる世界のおやつ』 本山尚義著 廣済堂出版 2023.1 [9784331523827]■



『卵も乳製品も使わない!「アインソフ」が教えるヴィーガンスイーツ』 白井由紀著 講談社 2023.5 [9784065317242]■

5 スイーツは誘惑する - 甘い食文化 -



スイーツは、食文化の中で特別な役割を果たす存在です。甘味は人類共通の喜びをもたらし、祝祭や儀式、日常の癒しとして古くから親しまれてきました。地域特有の素材や技術を活かしたスイーツは、その土地の風土や歴史、宗教観を反映しています。たとえば、和菓子は四季や行事を表現する芸術性が高く、フランス菓子は高度な技術と美意識で世界的評価を得ています。さらに、現代ではヘルシー志向やヴィーガン対応のスイーツが進化し、多様な価値観を尊重する新たな食文化を形成しています。

書名の 50 音順に並んでいます。

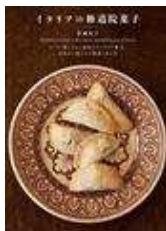
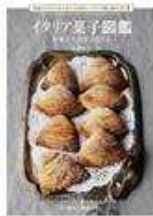
『異国のおやつ』岸田麻矢 エクスナレッジ 2020.9 [9784767827797]

▶スパイスやお酒の効いたドイツのケーキ、ラマダン明けに食べる中東の揚げ菓子、黄金色をしたポルトガルのタルト、目にも鮮やかなインドの伝統菓子、などなど。遠くの国で親しまれてきた数々のお菓子を紹介。東京で世界のおやつが食べられる店や海外のおやつを買えるスーパーや食材店も掲載。



『アメリカ菓子図鑑：全 50 州を網羅。広大な土地と多文化が育んだ 115 品 お菓子の由来と作り方』原亜樹子著 誠文堂新光社 2023.9 [9784416523421]■

『イタリア菓子図鑑：お菓子の由来と作り方 伝統からモダンまで、知っておきたいイタリア郷土菓子 107 選』佐藤礼子著 誠文堂新光社 2020.7 [9784416520147]■



『イタリアの修道院菓子：キリスト教とともに発展したイタリア菓子。中世から続くその物語と作り方』佐藤礼子著 誠文堂新光社 2023.8 [9784416621066]■

『ウィーン菓子図鑑：伝統からモダンまで、知っておきたい菓子 80 選とカフェ文化 お菓子の由来と作り方』小菅陽子著 誠文堂新光社 2022.10 [9784416522462]■



『蕎麦のひみつ：知識・愉しみかたがわかる本 伝統食の文化と歴史 超入門』ほしひかる監修 メイツユニバーサルコンテンツ 2023.3 [9784780427325]■

『だしを極める。：日本料理の伝道師・村田吉弘が伝授』村田吉弘[ほか]監修 宝島社 2022.10 (TJ MOOK) [9784299033697]

▶「だし」の取り方を幅広く伝授。和食の基本「一番だし」「二番だし」の取り方や様々な素材ごとのだしの取り方やだしを活かしたレシピを紹介。家庭でできる簡単だけどおいしいだしの取り方から本格的なだしの取り方まで披露している。



『納豆がもっと好きになる#感動の納豆レシピ』夏見奈央子著 パイインターナショナル 2022.2 [9784756255662]■

『日本を味わう 366 日の旬のもの図鑑』暦生活 著 清純執筆 淡交社 2023.1 [9784473045294]■



『日本が誇る絶品の食遺産 100』小林しのぶ著 天夢人 2021.7 [9784635823210]■



『日本ご当地おかず大全』菅原佳己[著] 辰巳出版 2024.11 (タツミック) [9784777831678]

▶知名度のある食品からその地域以外では注目されてこなかった知られざる逸品まで紹介。地元民に愛される練り物、漬物、缶詰、瓶詰、レトルト食品、めん類、珍味・おつまみ、醤油や味噌など、地域に深く根差す選りすぐりを 400 品以上紹介する。

『日本食の文化：原始から現代に至る食のあゆみ』江原絢子編著 荒尾美代[ほか]著 アイ・ケイコーポレーション 2021.7 [9784874923757]

▶原始から現代までの歴史をたどりながら「日本食」が形成され変化してきた過程を描く。現代の日本食に影響を与えたと考えられる項目には多くのページを割いている。写真・図表も豊富で食文化の魅力に気づかされる。



『日本のお弁当文化：知恵と美意識の小宇宙』権代美重子著 法政大学出版局 2020.4 [9784588300523]■

『日本のグルメ図鑑：47 都道府県の名物料理を旅の雑学とともに解説』地球の歩き方編集室編集 地球の歩き方 2024.2 (地球の歩き方 BOOKS 旅の図鑑シリーズ) [9784058021590]

➤「図鑑」シリーズ第 32 弾。47 都道府県を代表する郷土料理から名菓や酒、最近のご当地 B 級グルメまで、旅や食にまつわる話題とともに解説する。



『日本の行事と行事ごはん：食べることは生きること』大瀬由生子 著 カナリアコミュニケーションズ 2022.8 [9784778205010]■

『日本料理は、なぜ世界から絶賛されるのか』奥田透著 ポプラ社 2022.2 (ポプラ新書) [9784591172094]■



『ぬか床づくり：200 年続く伝統の味と発酵の技 新版』下田敏子著 家の光協会 2022.3 [9784259567231]■



『ほんまに「おいしい」って何やろ?』村田吉弘著 集英社 2024.9 [9784087817591]■

『まるごと海藻レシピ BOOK：腸活のスーパーフード』井澤由美子著 江田証医学監修 家の光協会 2024.8 [9784259568108]■



『味噌大全 増補改訂版』渡邊敦光監修 東京堂出版 2024.10 [9784490211016]

➤味噌の歴史から活用法とレシピまで、味噌の作り方や郷土食としての味噌百選、健康効果、日本文化との交わりを織り交ぜながら、日本人の大切な食文化である味噌を紹介する。

『<メイド・イン・ジャパン>の食文化史：What is MADE IN JAPAN?』畑中三応子著 春秋社 2020.7 [9784393751251]

➤舶来モノ大好き日本人が今や「国産」礼賛？ 地産地消ブームから貿易政策まで、「メイド・イン・ジャパン」の本質を食文化研究家が明らかにする。



『47 都道府県・発酵文化百科』北本勝ひこ著 丸善出版 2021.6 [9784621306307]■

『野田シェフのドイツ料理 新装版』野田浩資著 メトロポリタンプレス 2022.11 [9784909908612]

➤家でも作れる本格ドイツ料理をその道の第一人者が教えてくれる。本書では音楽家の愛した料理から、著名人ゆかりの味、ドイツ料理に欠かせないジャガイモ・キャベツ料理、本場のハンバーグ、ビールとワインまで紹介。定番から郷土料理まで作って楽しめるレシピも充実。

『バスクのおいしいバルレシピ：おうちで簡単に作れる料理とデザート』藤沢セリカ著 マイナビ出版 2020.4 [9784839972004]

➤「美食の街」スペインのサン・セバスティアンのバル料理を紹介。ワインに合うピンチョスや話題の「バスクチーズケーキ」などのレシピを紹介。本場のバスク料理とデザートを手軽に作ることができる。



『フランス料理図鑑：歴史、食材、調理法、郷土料理まで プロフェッショナルの知識をイラストでやさしく学べる』山口杉朗監修 日本文芸社 2024.6 [9784537222135]■

『マージナル・フーディー・ツアー』サラーム海上著 阿佐ヶ谷書院 2023.12 [9784911197004]

➤ワールドミュージック評論家の著者が世界各国を旅して巡り合った料理のレポート。イスタンブールのミシュラン星付き店、フィンランドのトナカイ料理、オスロの新北欧料理、バリ島のバビ・グリンなど、まだまだ日本では知られていない料理が満載。



『豆くう人々：世界の豆探訪記』長谷川清美著 農山漁村文化協会 2021.12 [9784540211072]■

『もっとわかるイタリア 3 大チーズ：チーズのカリスマがモッツアレラ、ゴルゴンゾーラ、パルミジャーノ・レッジャーノを語る』本間るみ子 [著] 旭屋出版 2020.1 [9784751114063]

➤チーズのカリスマといわれる著者がイタリア 3 大チーズであるモッツアレラ、ゴルゴンゾーラ、パルミジャーノ・レッジャーノを語る。ほかにも大人気のイタリアチーズを個々に解説するとともに、チーズ伝統国の産業や食文化も詳しく、総括的に理解が進む内容。

『モロッコ美食』弥生著 東銀座出版社 2023.3 [9784894692350]

➤モロッコ料理の特色や定番料理とそのバリエーション、モロッコ各地の食を紹介する。また宗教や国民性、ライフスタイルといったモロッコの食文化の背景についても触れる。



『世界を変えた 10 のトマト』ウィリアム・アレキサンダー著 飯嶋貴子訳 青土社 2022.11 [9784791775064]■

『世界のグルメ図鑑：116 の国と地域の名物料理を食の雑学とともに解説 本場の味を日本で体験できるレストランガイド付き!』地球の歩き方編集室編集 地球の歩き方 2021.8 (地球の歩き方 BOOKS 旅の図鑑シリーズ) [9784058016596]

➤「図鑑」シリーズ第 7 弾。本場の味を知り尽くした各国のナビゲーターが世界各国・各地域の名物料理、スイーツ、ドリンクを選ぶ。その特徴や食材から歴史、文化、風習まで、徹底解説。自宅で再現できるレシピも収録。



『世界の羊肉レシピ：食べる!知る!旅する! 全方位的ヒツジ読本。』菊池一弘著 グラフィック社 2023.11 [9784766137767]■

『旅で出会った世界のスパイス・ハーブ図鑑 東・東南アジア編』山下智道著 創元社 2024.7 [9784422430591]■



『食べるためだけにイタリアに行く』小倉知巳著 KA DOKAWA 2024.3 [9784046064981]■

『中華満腹大航海』酒徒著 KADOKAWA 2024.12 [9784044008406]■



『TRANSIT No65(2024Autumn) 世界のパンをめぐる冒険 創世編』euphoria factory TRANSIT 編集部 2024.9 (講談社 MOOK) [9784065369647]

➤日本のみならず世界各地の人びとに愛されている「パン」。身近な存在であるパンも、土地の気候や風土、歴史を色濃く反映し、地域ごとに素材や工程、形状や呼称も異なる。本書は世界中のパンのある日常を紹介する。

『トリュフの真相：世界で最も高価なキノコ物語』ライアン・ジェイコブズ著 清水由貴子訳 パンローリング 2020.7 (フェニックスシリーズ) [9784775942314]

➤高級料理の世界でも最も貴重な食材と言われる「トリュフ」。しかし、栽培されてから提供されるまでには異様なほどの秘密主義、度重なる窃盗、悪質な妨害工作、そして許しがたい偽装が横行している。著者はフランス、そしてイタリアのトリュフ産地を訪れ様々な人を訪ね歩き、トリュフ犬とともに森に入り、トリュフ売買の現場にも足を運び、その闇世界を解き明かしていく。スリル満点のノンフィクションでもある。

『わさびの日本史：鮭・蕎麦・刺身…和食との出会いを探る』山根京子著 文一総合出版 2020.8 [9784829972335]

➤著者は DNA 解析で「わさび」は日本発祥の固有植物であることを明らかにした栽培植物起源学の研究者。わさびがいつ、どこで、どのように定着したのか。『群書類従』など歴史資料まで調査し、栽培わさびの起源に迫る。

『和食をつなぐ：和食の文化を知り、家で味わうレシピ』ベターホーム協会編集 ベターホーム協会 2020.10 [9784865860382]

➤和食は私たちの食事の基本。毎日の家の味が家庭の和食へとつながっている。本書には和食の歴史や文化に触れながら家で作れる上質なレシピを紹介。春夏秋冬の素材を使ったシンプルな四季の和食からすしとおせち料理のレシピも掲載する。イラストと年表つき。



『和食の文化史：各地に息づくさまざまな食』佐藤洋一郎著 平凡社 2023.10 (平凡社新書) [9784582860399]■

MEMO

4 美食を巡る - 世界の食を極める -



世界の美食は、多様な文化、歴史、自然環境が育んだ独自の調理技術や味覚の結晶です。フランスの高級料理、中国の多彩な郷土料理、イタリアの伝統的な家庭料理など、各地の美食はその地域特有の食材や調理法、生活様式に根差しています。美食は単なる「食べる行為」を超え、芸術性や社交の場、文化的アイデンティティの象徴となっています。また、近年では異文化の融合や健康志向、サステナビリティを重視した美食も注目されています。美食は食文化の集大成であり、人々を結びつける普遍的な価値を持っています。

書名の 50 音順に並んでいます。



『イタリア郷土料理美味紀行：こんなイタリアン知らなかった！ 保存版』平松玲著 講談社 2021.7 [9784065241738] ㊦

『ヴィーガンフード、はじめの一步!』iina 著 グラフィック社 2022.6 [9784766136869] ㊦



『美しい世界のチーズの教科書』トリストラン・シカル著 ヤニス・ヴァルツィコス|イラスト 河清美訳 パイインターナショナル 2021.3 [9784756251725] ㊦

『美味すぎる!世界グルメ巡礼』サラーム海上著 双葉社 2020.7 [9784575315615]

➢音楽ライター、ラジオパーソナリティーで中東料理研究家の著者が世界各地で出会ったうまさすぎるグルメ紀行。ギリシャの柔らかいタコ炭火焼き、チェンナイベジ・ミールスやひときわ辛いチェティナード料理、マレーシアのサラワクラクサなどを紹介。家で再現できるレシピも収録。

『おうちでヴィーガン：14 日間で旅する世界一周の味』Natsuki 著 幻冬舎 2021.2 [9784344037557] ㊦



『家庭で作れる東西南北の伝統インド料理』香取薫著 河出書房新社 2022.6 [596.22 ㊦: 9784309289892] ㊦

『カレーのレシピ大図鑑 370』水野仁輔著 マイナビ出版 2023.5 [9784839980931] ㊦



『知っておいしい調味料事典』鈴木裕貴監修 実業之日本社 2020.7 [9784408339429] ㊦



『食で巡るトルコ』岡崎伸也著 阿佐ヶ谷書院 2023.10 [596.22/㊦: 9784990798697]

➢世界三大料理のひとつであるトルコ料理。ケバブやバクラワ以外にも地方の郷土料理、民族の料理など豊かな食がある。本書はトルコ全土を食べ歩いた著者がトルコ料理を徹底的に紹介する。



『食の科学：美食を求める人類の旅』ガイ・クロスビー著 石川伸一監訳 清水玲奈訳 ニュートンプレス 2021.1 [9784315523157] ㊦

『初心者からプロまで使える Vegan Recipe Book』庄司いずみ著 光文社 2020.7 [9784334951825]

➢初心者からプロまで使えるヴィーガン・レシピ教本。ベジタリアンやヴィーガンの外国人、様々なアレルギーを持つ人への料理も本書があれば慌てずに作ることができる。ヴィーガン料理の基礎知識が得られ、カジュアルな料理からフルコース、和食、世界のヴィーガンフードまで紹介。

『<図説>食から見るスペインの歴史と文化』マリア・ホセ・セビージャ著 内田智穂子訳 原書房 2024.10 [9784562074594]

➢スペイン料理はギリシャ・ローマ、ムーア、中東料理など様々な文化、食材などが融合した歴史がある。本書はバスク、ガリシア、カステーリヤ、カタルーニャなど地域の伝統料理を踏まえながらスペインの食の歴史を旅する。



『スパイス&ハーブの教科書：もっと自由に、もっと楽しく!』水野仁輔著 ナツメ社 2024.8 [9784816375996] ㊦

『スパイスの科学大図鑑：香りの効果的な引き出し方や相性を徹底解明』スチュアート・ファリモンド著 辻静雄料理教育研究所監修 中里京子訳 誠文堂新光社 2021.3 [9784416521083] ㊦

