

Гастрономічні особливості Японії

Зоряна ЯРЕМОВА

*здобувач освіти спеціальності ОПП «Туризм»
ЖДУ імені Івана Франка (Україна)*

Інна НЕСТЕРЧУК

*кандидат географічних наук,
доцент ЖДУ імені Івана Франка (Україна)*

Валентина ТАРАСОВА

*доктор економічних наук,
професор ЖДУ імені Івана Франка (Україна)*

Японська кухня охоплює регіональні та традиційні страви Японії, які розвивалися протягом століть політичних, економічних і соціальних змін. Через історичний вплив зі сторони Китаю, японська кухня також піддалася впливу західної кухні. Страви такі, як спагеті, карі та гамбургери, були адаптовані до японських смаків та інгредієнтів. Традиційно японці уникали м'яса через прихильність до буддизму, але з модернізацією Японії в 1880-х роках м'ясні страви, як тонкацу та якініку, стали звичайними. З того часу японська кухня, зокрема суші та рамен, стала популярною у всьому світі.

Японська кухня абсолютно відрізняється від китайської, корейської, тайської та іншої азіатської кухні.

Традиційна японська кухня має наступні особливості:

- олії використовують мало.
- молочні продукти, такі як масло, молоко не вживаються.
- використовують лише кілька видів спецій, щоб смак був не гострий, а м'який.
- основними інгредієнтами є риба та овочі, м'ясо є другорядним.
- найважливішим є рис [1].

Ці особливості вказують, що японська кухня корисна і легка.

Кожен прийом їжі, відіграє важливу роль, як естетичну, символічну, так і духовну, при цьому використовуються різноманітні соусники, тарілки; підноси, чайники та чашки незвичної форми.

Основні критерії при виборі посуду для японської кухні:

- колірна гама посуду має бути тільки трьох кольорів: білий, чорний і червоний, допускаються ці три кольори разом;
- матеріал: порцеляна, кераміка або дерево, металеві предмети відсутні, оскільки в Японії метал, вважається похоронним атрибутом;

- форми посуду, мають бути обтічними, квадратні і прямокутні тарілки, що, на думку японців, сприяє гармонії під час вживання їжі за столом [2].

Але все ж таки загальним критерієм під час вибору посуду залишає ться те, що він має бути зручним, тарілки мають компактно розташовуватися на столі, чашки та соусники мають бути такими, щоб їх легко можна було взяти однією рукою, чайники та миски мають якомога довше зберігати температуру.

Національна кухня Японії є нематеріальною спадщиною ЮНЕСКО з 2013 року. Вона поєднує різноманітні страви, методи приготування та принципи харчування. Це визнання свідчить про важливість та унікальність японської кулінарії як частини світової культурної спадщини

Японська кухня відрізняється за регіонами, причому кожен регіон має свої унікальні страви та кулінарні традиції. Ось деякі з основних страв і особливостей різних регіонів Японії:

Хоккайдо

1. Рамен з Хакодате: Сільовий рамен, популярний у місті Хакодате.
2. Ішікаякі-но-кай: Смажені на гарячому камені морепродукти, такі як гребінці.
3. Іксуцка Ікспеку: Страви з морепродуктів, таких як краби та ікра, відомі своєю свіжістю.

Тохоку

1. Кей-но-месія: Зернові страви з м'ясом птиці.
2. Сасана-гуші: Шпажки з м'ясом у префектурі Акита.
3. Ідзакі-но-несія: Суп з мідіями та іншими морепродуктами, популярний в Сандаї.

Канто (включаючи Токіо)

1. Едо-мае суші: Традиційні токійські суші, відомі своєю простотою та якістю риби.
2. Темпура: Обсмажені у легкому тісті морепродукти та овочі.
3. Монжаякі: Млинці з рідким тістом та різними добавками, популярні в Токіо.

Чубу

1. Хіда-гю: Високоякісна яловичина з префектури Гіфу.
2. Унагі: Страви з вугра, особливо в регіоні Шідзуока.
3. Такаока-набе: Гарячий суп з рибою та овочами, популярний у префектурі Тояма.

Кансай (включаючи Кіото та Осака)

1. Окономіякі: Японські "млинці" з капустою, м'ясом та морепродуктами, популярні в Осаці.
2. Такоякі: Кульки з тіста з шматочками восьминога, також популярні в Осаці.
3. Кайсекі-рьорі: Вишукані багатокурсні страви, популярні у Кіото.

Чугоку

1. Окаяма-но-демо: Смачні десерти та солодощі з префектури Окаяма.
2. Хіросіма-яки: Варіант окономіякі, де інгредієнти вкладаються шарами.
3. Кагінабе: Гарячі страви з рибою та овочами, популярні у Хіросімі.

Шікоку

1. Удон з Санукі: Густі та жувальні локшини удон, популярні в Кагава.
2. Іяма-собу: Соба-локшина з префектури Токусіма.
3. Якитори з Кочі: Курячі шпажки, приготовлені на грилі.

Кюсю

1. Тонкоцу-рамен: Рамен на бульйоні зі свинячих кісток, популярний в Фукуоці.

2. Ментайко: Гостра ікра минтая, також популярна в Фукуоці.
3. Сацумааге: Рибні котлети з Кагосіма.

Окінава

1. Гоя-чампу: Смажені страви з гіркої дині (гоя), м'яса та тофу.
2. Окінава-соба: Локшина з пшеничного борошна в бульйоні, схожий на удон.
3. Тако-райс: Рис з начинкою, схожою на начинку для тако [3].

Ці регіональні страви показують, як природні ресурси, клімат і культурні традиції впливають на кулінарні вподобання та розмаїття японської кухні.

Список використаної літератури:

1. Кухня Японії [URL:https://www.poehalisnami.ua/ua/countries/yaponiya/kitchen](https://www.poehalisnami.ua/ua/countries/yaponiya/kitchen) (дата звернення: 07.03.2024).
2. Топ-22 найкращих японських страв, які варто скуштувати [URL:https://www.dniprotoday.com/svit/top-22-najkrasih-aponskih-strav-aki-var-to-skustuvati-2419](https://www.dniprotoday.com/svit/top-22-najkrasih-aponskih-strav-aki-var-to-skustuvati-2419) (дата звернення: 08.03.2024).
3. Японська кухня [URL:https://klopotenko.com/cuisine/yaponska/](https://klopotenko.com/cuisine/yaponska/) (дата звернення: 08.03.2024).