

Hello

떠먹여 주는 일본 음식 문화





Agenda

- 01** 일본요리의 역사
- 02** 일본요리의 특징
- 03** 제철 음식
- 04** 버킷리스트에 넣어야 할 인생 맛집

일본 요리의 역사



1) 벼농사의 전래 (BC.800~)

벼농사는 약 3,000년 전에 중국에서 왔다고 함.

야생 수렵 생활, 소금의 생산, 발효 어장(漁醬)의 등장

2) 아스카, 나라 시대 (飛鳥,奈良時代 : 592~784년)

538년 백제로부터 불교의 전래

675년 육식의 금지 (소, 말, 개, 돼지, 원숭이, 닭고기.....)

3) 헤이안 시대 (平安時代 : 784~1192년)

중국의 영향 (한자의 전래, 중국 음식의 영향)

사무라이 계급의 탄생

일본 요리의 역사

4) 가마쿠라, 무로마치, 아즈치모모야마 시대 (鎌倉、室町、安土桃山時代 : 1192~1603년)

무사정권 막부의 시대, 현미 주식인 검소한 식단
(1즙3채, 一汁三菜)

“나라야마부시코(檜山節考)” (1984년, 칸 황금종려상)

다도의 확립 (센노 리큐), 懷石料理의 발달

13세기 간장의 원형인 다마리간장의 탄생

16세기 유럽과 교역 시작

(감자, 호박, 고추 등의 채소류, 튀김, 카스텔라 등)



일본 요리의 역사

5) 에도 시대 (江戸時代 : 1603~1868년)

도쿠가와 막부의 시대.

일본판 패스트푸드의 등장 - 屋台 (やたい)

(스시, 소바, 튀김, 장어구이 등)

참근교대 (参勤交代、さんきんこおだい)

다이묘의 요리 - " 무사의 레시피(1993년) "

요정(料亭)의 등장

호화로운 코스요리인 카이세키요리(会席料理)의 탄생

*에도의 인구 1700년 100만 (런던 86만, 파리 62만)

*요리 반즈케 (料理番付)



일본 요리의 역사

6) 메이지, 다이쇼 시대

(明治、大正時代 1868~1926년)

대정봉환 (大政奉還、たいせいほうかん)

700년 사무라이 시대의 끝남과 동시에 급격히 활발해진 서양과의 교류

화혼양재 (和魂洋才、わかんようさい)

육식의 재개 1872년

* 의사 이시즈카 사켄 (石塚 左玄, 1851~1909)

「化学的食養長寿論」, 醫食同源

서양 요리의 전래 - 카레라이스, 돈가스, 스테이크, 제빵기술 (팥빵, 크림빵...)

* 이와쿠라사절단 (1871년 ~ 1873년)



일본 요리의 역사

7) 쇼와, 헤이세이, 레이와 세대

(昭和、平成、令和時代 : 1926~ 현재)

제2차 세계대전 이후 미국의 영향속에 고기 소비량의 증가

1970년대부터 미국의 프렌차이즈 외식업체들의 진출

카레라이스, 회전초밥, 라멘 등의 일본식 체인 레스토랑의 탄생

많은 젊은이들의 서양 요리 유학 및 창업

1990년대부터 세계 음식 문화의 선두로 자리 메김.

(미술랭 국가별 현황 테이블)



COUNTRIES COVERED BY THE MICHELIN GUIDE

COUNTRY	1 STAR	2 STAR	3 STAR	TOTAL
Austria	13	7	0	20
Belgium and Luxemburg	119	23	2	144
Brazil	15	3	0	18
China (Inc. Macau)	80	25	11	116
Croatia	3	0	0	3
Czech Republic	2	0	0	2
Denmark	22	3	1	26
Finland	5	0	0	5
France (Inc. Monaco)	508	85	28	621
Germany	250	39	10	300
Greece	3	2	0	5
Hungary	3	1	0	4
Iceland	1	0	0	1
Ireland	15	1	0	16
Italy	318	39	10	367
Japan	553	143	35	731
Malaysia	3	1	1	5
Netherlands	89	18	3	110
Norway	5	0	1	6
Poland	2	0	0	2
Portugal	20	6	0	26
Singapore	34	5	0	39
South Korea	19	5	2	26
Spain	22	25	11	58
Sweden	19	4	1	24
Switzerland	96	19	3	118
Taiwan	17	2	1	20
Thailand	23	4	0	27
UK	153	20	5	178
US	131	26	15	172



일본 요리의 특징

- 1) 五法 - 生、煮物、焼き物、揚げ物、蒸し物
- 2) 五味 - 塩味、甘味、酸味、辛味、苦味、(旨味)
- 3) 五色 - 赤、青、黄、白、黒
- 4) さ(砂糖) - し(塩) - す(酢) - せ(醤油) - そ(味噌)
- 5) 화혼양재 (和魂洋才、わこんようさい)
- 6) 일본만의 젓가락 문화 - - 刺し箸、渡し箸、せせり箸、なめ箸
- 7) 일본 음식점의 예약 문화
- 8) 오모테나시 (お持て成し)



제철 음식

走り(はしり) - 旬 - 名残り(なごり)

하시리 - 숲 - 나고리

봄

채소

산채

생선

학꽂치, 멸치, 실
치, 鱻

어패류

쭈꾸미, 새조개,
백합조개

추천요리

天麩羅



春の山菜 —

타라의芽(두릅), こごみ(고비), わらび(고사리), 山うど(땅두릅),
こしあぶら(개웃나무), ふきのとう(머위)

제철 음식

여름

채소

옥수수, 오크라, 오이,
토마토, 피망, 파프리카,
락교

생선

농어, 갯장어, 아니고,
쥐치, 전갱이, 은어, 산
천어山女魚, 미꾸라지

어패류

전복, 오징어, 우니, 불
소라, 보리새우

추천요리

そうめん流し
土用の丑の日



제철 음식

가을

채소

각종버섯, 은행, 배
추, 단호박, 토란

생선

秋刀魚, 눈볼대, 연
어, 갈치, 고등어,
청어

어패류

이꾸라

추천요리

会席料理



제철 음식

겨울

채소

무, 우엉, 유채, 시금치,
연근

생선

鱈, 방어, 복어, 아구,
고등어, 한치

어패류


대게, 굴, 피조개, 꽃새우,
가리비조개

추천요리

鍋
鴨、猪、鹿

ジビエ (gibier, 지비에) - 수렵육, 사냥육. 사냥으로 잡은 야생 동물(털이 있는 것 혹은 깃털이 있는 것). 해당 동물을 사육해서 수렵육을 얻기도 한다



A photograph of a traditional Japanese restaurant interior. A glowing paper lantern with the Japanese character 'めし' (meshi, meaning food) is hanging on the right. In the background, a sign with the characters 'めしや' (meshiya, meaning restaurant) is visible. The scene is dimly lit, creating a warm and inviting atmosphere.

**버킷리스트에
넣어야 할 인생 맛집**

1. 스시 – 야마나카스시



2. 카이세키 요리- 이치주니사이 우에노



3. 돈가스 – 폰타 혼케



출처 및 링크

- 1) 미꾸라지 - 駒形どぜう 本店 (こまかたどじょう) - 浅草 (東武・都営・メトロ) / どじょう | 食べログ (tabelog.com)
<https://tabelog.com/tokyo/A1311/A131102/13003684/>
- 2) 카이세키 요리 - 一汁二菜 うえの 箕面店 (いちじゅうにさいうえの) - 箕面/懐石・会席料理/ネット予約可 | 食べログ (tabelog.com)
<https://tabelog.com/osaka/A2706/A270603/27000050/>
- 3) 오리 요리 - 鴨猟理 まりも本店 - 呉服町/鍋 (その他) | 食べログ (tabelog.com)
<https://tabelog.com/fukuoka/A4001/A400101/40005230/>
- 4) 지비에 요리 - 柳家 (やなぎや) <https://tabelog.com/gifu/A2103/A210301/21000023/>
- 5) 야마니카 스시 - 写真 4ページ目 : やま中・本店 鮎と日本料理 (やまなか) - 薬院/寿司 | 食べログ (tabelog.com)
<https://tabelog.com/fukuoka/A4001/A400104/40003573/dtlphotolist/?smp=2&sby=D&srt=normal&PG=4>
- 6) 돈가스 - ぼん多本家 (ぼんたほんけ) - 上野広小路/洋食 | 食べログ (tabelog.com)
<https://tabelog.com/tokyo/A1311/A131101/13003587/>
- 7) 도쿄 지비에 전문 레스토랑 10 곳 - <https://tabelog.com/matome/13699/>
- 8) 장어집 - うなぎ屋 廣川 (ひろかわ) - 嵐山 (京福) / うなぎ | 食べログ (tabelog.com)
<https://tabelog.com/kyoto/A2601/A260403/26000921/>

Thanks!

Does anyone have any questions?

bluehead99@naver.com

010 3748 0070

서영민



☆きらきら☆
流しそうめん



流しそうめん
竹セット
5mサイズ







