

郷土料理

サバ

伝統的にサバは小浜において主要な食材であり、重要な輸出品でもあります。サバは足が早いので、それに合わせた調理をする必要があります。かつては新鮮さを保つために、水揚げされた直後に、浜辺でサバを焼いていました。焼いたサバは通常、生姜醤油で味付けをします。串焼きのサバは、祇園祭でも人気のメニューです。日本ではおめでたい時は鯛を食べることがありますが、一方、小浜での祭りやお正月などのお祝いにもサバが食べられます。焼きサバ寿司も、この地域の人気料理です。焼いたサバは、なまぐさ汁と呼ばれる汁物にもなります。出汁はサバの骨と頭から取られ、そこにサバのほぐし身、豆腐、ネギ、大根、ニンジンなどの野菜が加えられます。なまぐさ汁は、特別な行事や葬儀のような機会で食べることが多いです。サバと地元産のネギから作られた郷土料理である「ぬた」は、祭りや法事などでよく食べられます。

小鯛ささ漬とイサザ

他の若狭おばまの名物には、イサザ（シロウオ）や小鯛を酢につけて木製の樽に保存して作った、小鯛ささ漬けがあります。シロウオは小さな淡水魚で、3月から5月の春に捕獲されます。これらは戦国時代（1467～1568）からこの地域で食べられてきました。これらは一般的に珍味として生きたまま食べられるか、または卵でとじて提供されます。小鯛ささ漬けは、塩、酢、そして笹で風味付けした鯛の切り身を杉樽に詰めて作られています。このかぐわしい小鯛ささ漬けは、明治時代（1868-1912）にされ、現在の年間生産量は約 100 万樽にもなります。今では神戸牛やその他、地域の特産品に付けられる赤い丸が目印の地理的表示に認定されています。

甘味

若狭おばまは、あずきを使った地元の季節の甘味を 2 つ生み出しています。夏には、くず饅頭と呼ばれるゼラチン状の甘いお菓子が人気です。半透明の外層は植物のクズの根の粉末から作られており、非常にまろやかな風味があり、中には少し甘い小豆が満たされています。くず饅頭は水で冷やされており、ガラスや透明な食器で供されます。この饅頭は涼しく爽やかで、お腹にも優しいです。冬には小豆を固めた丁稚羊羹を食べることができます。ほのかな甘みがあり、水ようかんよりも滑らかです。主な材料は小豆と寒天で、長方形に切られます。防腐剤が含まれていないため、通常、暖かい夏の時期には作られません。