

寿司

发酵寿司 (Narezusi)

发酵寿司是现代寿司的祖先，用盐腌制过的鱼肉与米饭一起发酵而成。这种鱼类料理起源于水稻种植业和淡水渔业盛行的东南亚。日本最早有关寿司的记载可追溯到 8 世纪下半叶。据日本重要史书《延喜式》记载，平安时代 (794-1185) 人们通常使用香鱼和鲫鱼等淡水鱼制作寿司。考古调查也发现，由若狭地区产的贝类和小鲷鱼制作的发酵寿司曾被运往平城京 (今奈良市)。发酵寿司只吃鱼肉部分，大米仅为了发酵，一般不作食用。

半发酵寿司与现代寿司

室町时代 (1336-1573) 出现了半发酵寿司，它极大改变了寿司的形态。半发酵寿司发酵时间短，仅仅几天或一个月左右便可食用。这个阶段的鱼肉刚开始带有酸味，大米也还没有因乳酸发酵变成糊状，状态还算比较新鲜。这是历史上首次出现鱼肉和大米可同时食用的寿司。19 世纪时，使用醋饭和生鱼制作的现代寿司开始获得人们的普遍喜爱。

小滨寿司

鲱鱼寿司和鲭鱼寿司是小滨的特产。鲱鱼寿司在新年宴席上很有人气。制作时，通常先将鲱鱼干在淘米水中浸泡一晚，再逐层放入米麴、盐、萝卜、胡萝卜和朝天椒等配料，然后压上重物腌制两周左右即可食用。制作鲭鱼寿司则是，先在木匣底部填满鱼肉，再放入大量大米压紧，最后切成适当大小。这与一般在捏成长方形的米饭上覆盖生鱼片的做法不同，称为“押寿司”。押寿司在当地商店就能购买，御食国若狭小滨食文化馆的烹饪教室也开设有专门的课程教人们如何制作鲭鱼押寿司。