

馬肉刺身

馬肉刺身，日語寫作「馬刺し」(Basashi)。

據傳，當地吃馬肉的習俗可以追溯到1590 年代，當時肥後國領主、熊本城的建造者加藤清正（1562-1611）參加了由豐臣秀吉（1537-1598）領導的兩次遠征朝鮮半島的戰爭。戰爭期間食物開始短缺時，加藤清正就透過吃生馬肉來保持身心健康。

這其實頗有道理，馬的體溫比其他動物要高，所以牠們體內的寄生蟲較少，因此馬身上的每一部分（內臟除外）都可以安全地生食。在熊本，搭配大蒜、生薑、醬油食用的「馬肉刺身」是馬肉的主要食用方式。此外，馬肉煮熟後會變得更硬，因此如果不特別指定，熊本的「馬肉排」通常都會被烤成兩三分熟。

馬肉堪稱健康食品：低脂肪、低膽固醇、富含維生素和礦物質。然而，馬肉也的確比較貴，因為無法像其他肉類那樣可以大量生產。雖然在長野縣、福島縣和岩手縣也可以吃到馬肉，但熊本縣依然是日本馬肉的主要產地。

馬肉刺身與「芥末蓮藕」（藕孔中塞滿黃芥末和味噌的油炸藕片）、「即時糰子」（紅薯和豆沙餡糰子）一起並稱為熊本三大名物（地方特產）。