어업, 농업, 채집: 고토의 식문화

고토의 요리는 섬 특유의 바다가 주는 은혜로운 해산물들을 아낌없이 사용하고 있습니다. 그러나 풍요로운 밭작물과 섬 주위에 우거진 많은 동백나무 덕택에 한 식량 공급원이 부족해져도 다른 식량 공급원이 남습니다. 역사적으로 보아도 흉어와 재해 때문에 다른 외딴 섬의 주민은 섬을 떠나더라도 고토에 사람이 계속 살았던 이유 가운데 하나는 이 자급자족에 있습니다.

동백기름부터 열대어까지 고토의 특산품은 어업, 농업, 채집으로 얻은 산물을 조합하여 고토 열도만의 식(食) 체험을 관광객에게 제공하고 있습니다.

고토 우동

우동은 밀가루, 물, 소금으로 만듭니다. 일본 전국에서 볼 수 있는 표준적인 모양은 폭 약 3mm 의, 굵고 부드러우면서 탄력 있는 면으로 자른 것입니다. 그러나 고토 우동은 일반적인 각지게 자른 우동보다도 가는 약 1.7mm 로서 면은 둥급니다.

이 우동을 만들려면 두 개의 나무 막대 사이에 면을 끼워 잡아당겨 늘리거나 꼬아서 반죽을 늘립니다. 면을 늘리는 과정에서 지역산 동백기름을 바르는데, 이 동백기름이 면이 잘 끊어지지 않게 하고 삶았을 때 쫄깃함이 있으며 실크 같은 식감이 나게 합니다. 이 공정을 '미가키'라고 합니다. 마지막으로 면을 바닷바람으로 건조시킵니다.

고토 우동은 따뜻하게도, 차갑게도 먹을 수 있는데, 지역에서는 일반적으로 날치로 낸 따뜻한 국물을 사용합니다. 또 하나의 인기 있는 우동 요리는 지고쿠다키라는 것으로서 면을 삶고 무쇠 냄비에 담아서 테이블에 냅니다. 갓 삶은 면을 뜨거운 물에서 건져 국물에 살짝 담급니다. 날달걀, 대파, 가쓰오부시 등의 고명이 곁들여집니다.

간코로모치

간코로모치는 고토 열도의 전통 과자입니다. 일반적인 떡은 찹쌀을 찧어서 끈기를 만들어냅니다. 간코로모치는 쌀에 지역산 고구마를 섞어서 단맛을 냅니다. 비싼 쌀을 절약하기 위해 싼 재료를 사용했던 것이 시초였을지도 모릅니다.

고구마는 후쿠에에서 일반적인 작물로 가을에 수확합니다. 하지만 생고구마를 연중 사용하기 위해 보존하기가 어렵습니다. 뿌리는 추위에 약하고 기온이 높은 곳에서 보존하면 싹이 나버립니다. 일본의 다른 지역에서는 햇볕에 말릴 수 있지만, 고토 해안가의 습한 환경에서는 썩고 맙니다. 그 대신에 농가에서는 먼저 고구마를 얇게 썰고 이를 삶습니다. 마지막으로 삶은 고구마 슬라이스를 '간코로다나'라고 하는 옥외 건조대에 늘어놓습니다. 겨울의 차가운 바닷바람이 건조대를 빠져나가는 동안 가림막이 햇살로부터 고구마를 지켜줍니다. 이렇게 하면 수분이 날아가고 3~5 일 뒤에는

딱딱하게 마른 상태가 됩니다.

간코로모치를 만들 때는 말린 고구마를 찹쌀과 함께 쪄서 다시 부드럽게 만듭니다. 이것을 점성이 있는 페이스트 상태로 찧고 둥글게 뭉쳐 떡으로 만듭니다. 떡은 썰어서 그대로 먹을 수도 있고 구워서 먹을 수도 있습니다.

하코후구

하코후구(거북복)는 이 복어의 이름이자 조리법이기도 합니다. '트렁크피시'라고도 불리는 하코후구는 딱딱한 갑판으로 덮여 있는 열대어의 일종입니다. 이들은 작고 갑판이 위험하여 일찍이 지역 어부들은 하코후구를 쓸모없는 생선으로 보고 버렸습니다. 그러나 이윽고 조리법이 고안되었습니다. 생선을 등이 아래로 가게 뒤집어 내장을 꺼냅니다. 먹을 수 있는 간을 다시 넣고, 보리된장, 술, 대파, 생강, 미림을 섞은 양념을 복어 속에 넣습니다. 그런 다음 포일에 싸서 석쇠 위에서 굽습니다. 다 구워졌으면 상자 모양의 뒤집힌 복어 몸통을 그릇 삼아 그대로 냅니다. 속에 들어 있는 살 부분을 숟가락으로 떠서 그대로 먹거나 또는 밥 위에 얹어 먹습니다.

그 외의 해산물

고토에는 오니사바즈시 등의 해산물 요리도 있습니다. 고등어 살을 조미 식초에 절인 다음 스시용 밥 위에 얹고 잘 말아서 한입 크기로 자릅니다. 미즈이카노이치야보시는 배를 가른 흰꼴뚜기를 하룻밤 말려 감칠맛을 이끌어낸 것입니다.

양식 참다랑어 또한 새로운 특산품입니다. 고토의 어부들은 최근 섬의 몇몇 만에서 이 귀중한 물고기의 양식에 성공했습니다.

동백기름과 증류주

고토 열도에는 과수원과 자생지에 동백나무가 무성합니다. 씨앗이 여물면 주민들이 자택 정원이나 밭의 경계선, 산 등에서 채취하여 씨앗을 착유하는 시설에 판매합니다. 이 기름은 고토 우동 외에도 식용유나 드레싱 재료로서 많은 향토요리에 사용되고 있습니다. 또한 잎은 말려서 차로 마시기도 합니다.

일본의 전통적인 증류주인 소주는 지역산 고구마(고구마소주)나 보리(보리소주)를 가지고 섬에서 증류해왔습니다. 하지만 최근에는 지역의 풍미를 더하기 위해 동백이 사용되고 있습니다. 2017 년에는 후쿠에의 수제 맥주 공방이 동백꽃에서 추출한 효모로 발효시킨 보리소주를 출시했습니다. 후쿠에지마 섬은 또한 2022 년에 동백 씨앗, 잎, 깻묵을 풍미를 더하기 위한 식물성 원료로서 사용하는 증류소를 개설하여 전국적인 수제 진(gin) 유행에 가세했습니다.