FR

SAVOR JAPAN

2024.ver

SAVOR JAPAN®
Explore Regional Flavors

Qu’est-ce que SAVOR JAPAN?

Chaque région du Japon possède ses spécialités culinaires.
SAVOR JAPAN vous présente, à travers la cuisine locale, les charmes des régions rurales et des villages de pêcheurs.

Toutes les localités utilisant le label SAVOR JAPAN ont été agréées après un examen rigoureux par le Ministre japonais de l’agriculture, de la sylviculture et de la pêche. En 2024, le nombre de localités agréées était de 41.

Le label SAVOR JAPAN a pour but d’augmenter la notoriété des localités afin d’une part, de développer les échanges, principalement avec les touristes étrangers, à travers des expériences de la culture culinaire japonaise, et, d’autre part, de générer des revenus par le biais de la dynamisation des zones rurales et de pêche et de la promotion des exportations des produits locaux.

Nous attendons votre visite au Japon.

Le site web de SAVOR JAPAN présente des informations sur les attraits variés des localités agréées, l’accès ainsi que les diverses initiatives de SAVOR JAPAN. Nous vous recommandons de le consulter.

（Conseil pour la promotion de SAVOR JAPAN: https://savorjp.info/）

① Ville d'Abashiri
HOKKAIDO 04

② Région de Tokachi
HOKKAIDO 06

③ Ville de Towada
PRÉFECTURE DE AOMORI 08

④ Ville d’Ichinoseki – Bourg d’Hiraizumi
PRÉFECTURE DE IWATE 10

⑤ Région d'Ishinomaki
PRÉFECTURE DE MIYAGI 12

⑥ Région de Odate
PRÉFECTURE DE AKITA 14

⑦ Ville de Tsuruoka
PRÉFECTURE DE YAMAGATA 16

⑧ Ville d’Aizuwakamatsu
PRÉFECTURE DE FUKUSHIMAE 18

⑨ Ville de Ôtawara
PRÉFECTURE DE TOCHIGI 20

⑩ Région de Chichibu
PRÉFECTURE DE SAITAMA 22

⑪ Ville de Tokamachi
PRÉFECTURE DE NIIGATA 24

⑫ Ville de Komatsu
PRÉFECTURE DE ISHIKAWA 26

⑬ Ville d’Obama
PRÉFECTURE DE FUKUI 28

⑭ Ville de Komoro
PRÉFECTURE DE NAGANO 30

⑮ Ville d'Ina
PRÉFECTURE DE NAGANO 32

⑯ Région de Saku
PRÉFECTURE DE NAGANO 34

⑰ Vallée d’Hakuba
PRÉFECTURE DE NAGANO 36

⑱ Ville de Yamanouchi
PRÉFECTURE DE NAGANO 38

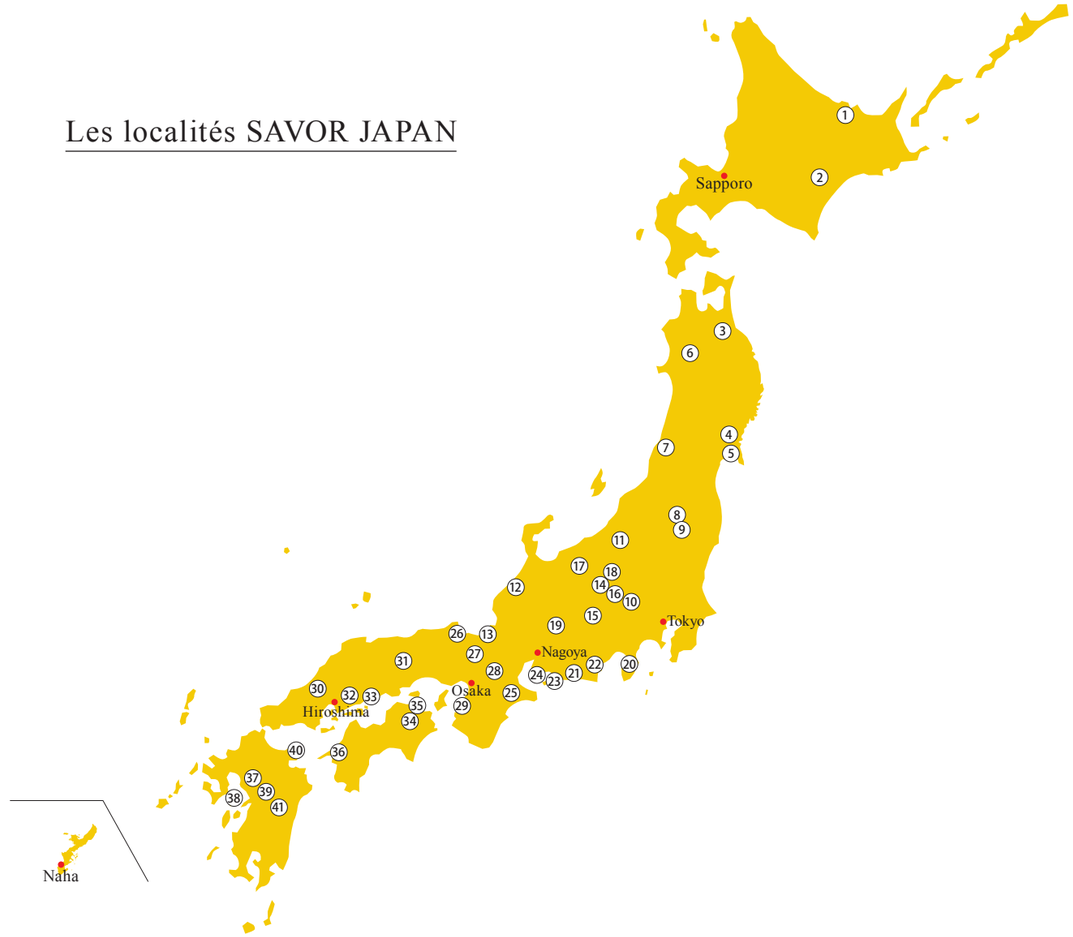
⑲ Région de Maze et ville de Gero
PRÉFECTURE DE GIFU 40

⑳ Contreforts du mont Fuji - Péninsule d'Izu
PRÉFECTURE DE SHIZUOKA 42

㉑ Région de Hamamatsu et du lac Hamana
PRÉFECTURE DE SHIZUOKA 44

㉒ Région de Ôi-gawa
PRÉFECTURE DE SHIZUOKA 46

Les localités SAVOR JAPAN



㉓ Ville de Tahara
PRÉFECTURE DE AICHI 48

㉔ Ville de Minamichita
PRÉFECTURE DE AICHI 50

㉕ Ville de Taiki
PRÉFECTURE DE MIE 52

㉖ Région nord de la préfecture de Kyoto
PRÉFECTURE DE KYOTO 54

㉗ Forêt de Kyoto
PRÉFECTURE DE KYOTO 56

㉘ Région de Kyoto Yamashiro
PRÉFECTURE DE KYOTO 58

㉙ Ville de Kinokawa
PRÉFECTURE DE WAKAYAMA 60

㉚ Ville de Masuda
PRÉFECTURE DE SHIMANE 62

㉛ Ville de Tsuyama
PRÉFECTURE DE OKAYAMA 64

㉜ Région d'Ondo et ville de Kure
PRÉFECTURE DE HIROSHIMA 66

㉝ Ville de Onomichi
PRÉFECTURE DE HIROSHIMA 68

㉞ Région de Nishiawa
PRÉFECTURE DE TOKUSHIMA 70

㉟ Région de Sanuki
PRÉFECTURE DE KAGAWA 72

㊱ Ville de Yawatahama
PRÉFECTURE DE EHIME 74

㊲ Ville de Yame
PRÉFECTURE DE FUKUOKA 76

㊳ Péninsule de Shimabara
PRÉFECTURE DE NAGASAKI 78

㊴ Ville d'Aso
PRÉFECTURE DE KUMAMOTO 80

㊵ Péninsule de Kunisaki
PRÉFECTURE DE OITA 82

㊶ Région de Takachihogo-Shiibayama
PRÉFECTURE DE MIYAZAKI 84

Ville d'Abashiri

HOKKAIDO

Glace dérivante sur la mer d'Okhotsk

Les terres septentrionales d'Okhotsk : une aventure culinaire au cœur de la nature.

La ville d'Abashiri, située au centre de la région d'Okhotsk dans l'est de Hokkaidô, jouit des richesses de la mer d'Okhotsk comme les saumons du Pacifique, les palourdes, les pétoncles et les crabes. Elle bénéficie d'un environnement naturel grandiose dans lequel évoluent depuis 1300 ans certains peuples du Nord. La culture du blé et de la pomme de terre y est développée, et l'agriculture biologique n'utilisant que très peu de pesticides est tout aussi importante dans ce climat froid marqué par sa banquise dérivante. Plusieurs activités permettent de découvrir la cuisine et l'environnement naturel époustouflant de cette région qui est l'une des principales zones agricoles du Japon.

Cuisine régionale

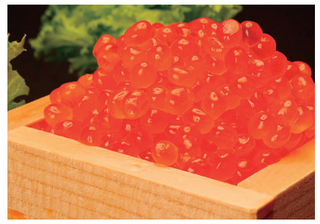
La cuisine du saumon

La rivière d'Abashiri, qui traverse la ville, connaît les plus fortes remontées de saumons du Pacifique du pays. Grâce aux activités d'associations d'éleveurs de saumons, elle est devenue primordiale à la pêche locale et soutient la culture de la cuisine du saumon. Les saumons migrent de la rivière d'Abashiri vers la mer d'Okhotsk, s'éloignent vers le détroit de Béring, et reviennent vers la rivière environ 5 ans plus tard.

Plat de saumon

Remontée de saumons pris dans des pièges (rivière d'Abashiri)

Cuisine régionale



Œufs de saumon

Sandwichs au saumon frit et aux légumes locaux

Outre les plats traditionnels locaux tels que la soupe de saumon « ara-jiru », le « chanchan-yaki » et les pickles « kiri-zuke », les œufs de saumon à la sauce soja et la chair de saumon séchée « toba » sont des petits plats idéaux pour accompagner une bière. Le saumon est aussi préparé à l'occidentale et peut être dégusté dans toute la ville, qu'il soit frit avec une sauce tartare, en sandwich, ou encore servi en carpaccio.

Paysages

Le parc d'Abashiri, proche du parc d'Akanmashû et de Shiretoko (un site enregistré au patrimoine mondial de l'UNESCO), comprend notamment le lac Abashiri qui constitue une réserve naturelle et qui abrite des oiseaux tels que des pygargues à queue blanche ou des pygargues empereur. Il compte aussi 5 lacs saumâtres de tailles diverses tels que le lac Tôfutsu, reconnu comme étant un site Ramsar. C'est un endroit incomparable de Hokkaidô où la nature et les zones urbaines coexistent, et qui offre son lot de surprises au fil des saisons : ses magnifiques paysages ruraux au printemps et en été, ses couleurs orangées en automne et sa banquise dérivante en hiver.

Kayak et couleurs d'automne (lac Abashiri au parc d'Abashiri)

Champs de blé sur le « Kando-no-michi »

Découverte

Kayak et glace dérivante

Visite à vélo du sanctuaire de Miyoshi dédié au dieu protecteur des pêcheurs

Le peuple Moyoro, une tribu nordique qui vivait dans la région il y a 1300 ans, aurait rejoint la région en voyageant en kayak depuis l'Alaska et la Russie durant la saison des glaces dérivantes. Descendez en kayak les rivières regorgeant de saumons faisant leur remontée et profitez de la richesse de la nature tout en imaginant la vie d'antan. Les promenades en vélo sont également populaires, notamment sur le circuit « Kando-no-michi » qui offre de beaux panoramas sur le cap Notoro et Shiretoko.

Circuits de visite

Avec Connectrip, récoltez des légumes dans le jardin d'Ômagari et utilisez-les pour préparer des pizzas de blé local cuites dans un four à bois. Profitez des panoramas qu'offre le circuit « Kando-no-michi » sur la chaîne de montagnes de Shiretoko et les paysages ruraux. En hiver, assistez à l'avancée de la glace dérivante sur la mer d'Okhotsk, et en été, profitez d'une vue spectaculaire sur les champs de blé dorés !

Préparation de pizzas de blé local et cuisson au four à bois

Champs de blé, mer d'Okhotsk et montagnes de Shiretoko

NOUS CONTACTER

Centre d'activités touristiques autour de l'agriculture et de la pêche d'Okhotsk (Connectrip)

URL : https://connectrip-okhotsk.com/en/

Région de Tokachi

HOKKAIDO

Les terres fertiles faisant naître les délices de Tokachi

Profitez pleinement de la gastronomie et des paysages à Tokachi, ultime Frontière agricole !

Jouissant des plus vastes terres agricoles (3600km²) de la préfecture, la région de Tokachi est formée d'immenses plaines entourées par la chaîne des monts Hidaka à l'ouest et du groupe volcanique Daisetsuzan aux sommets culminant à 2000 m d'altitude au nord. Vous pourrez y goûter un sentiment de liberté que seule l'immensité de Hokkaido peut vous offrir. L'une des plus longues durée d'ensoleillement du pays ou les produits de l'agriculture et de l'élevage nés des sols de types volcaniques aux terres molles et riches en éléments nutritifs font partie des plus grands charmes de la région. À Tokachi qui produit la plus grande partie du fromage naturel du pays, les fromages à la saveur puissante réalisés à base d'un lait à haute valeur en lipides font le délice des visiteurs.

Cuisine régionale

Fromage

La raclette de Tokachi à croute lavée en onsen moor est un fromage utilisant des eaux thermales d'un type très rare sur la planète. Elle naît d'une technique de fabrication unique consistant à laver le fromage avec des eaux thermales (onsen moor) contenant des extraits de fermentation à base de plantes de Tokachi qui permettent au goût d'exprimer toute sa profondeur. Rien ne peut égaler le délice de ce fromage spécial accompagné de légumes frais cultivés à Tokachi.

Un mariage parfait avec les légumes de Tokachi

Les fromages nés au coeur d'un environnement généreux

Cuisine régionale

Pain de Tokachi exprimant toute la saveur du blé

Boeuf de Tokachi d'une qualité de viande exceptionnelle

Le très savoureux pain de Tokachi préparé à base de 100% de blé de Tokachi, le vin de Tokachi à l'acidité parfaite né de la fermentation du raisin de Tokachi, le bœuf de Tokachi qui a grandi dans la fraîcheur des grandes étendues de verdure ou les pâtisseries à base de haricots rouges de Tokachi sont autant de charmes culinaires régionaux dont vous ne pourrez profiter qu'à Tokachi.

Paysages

La grande nature de Tokachi montre ses différentes facettes au fil des quatre saisons. La végétation bourgeonne au printemps, les cultures s'épanouissent généreusement en été, et en automne vous pouvez observer l'impressionnant ballet des imposantes machines agricoles qui effectuent les récoltes, mais c'est en hiver que les paysages sont les plus exceptionnels lorsque les terres recouvertes par un manteau de neige et enveloppées par un air vif par -25° permettent d'admirer un monde féérique fait de poudrin de glace ou de givre.

Les immenses paysages typiques de Tokachi

La vue féérique du ciel b leu de Tokachi sur un paysage givré

Découverte

Un nouveau centre de détente et de gastronomie sur une journée

Pique-nique dans les champs de Tokachi

Tokachi Garden Spa est une source thermale où l'on peut se baigner en maillot de bain et dont les eaux de type moor sont à l'origine de plantes très rares sur la planète. Ces dernières années, les visites guidées des champs qui permettent d'en savoir plus sur les aliments et l'agriculture et de déguster sur place les légumes frais qui viennent d'être récoltés sont particulièrement populaires. Vous pouvez également vous initier à la fabrication du fromage et du jambon cru.

Circuits de visite

Tokachi est donc un lieu plein de charmes où mille façons de se divertir sont offertes aux visiteurs. Vous pourrez tout aussi bien déguster le vin de Tokachi au château du vin d'Ikeda que vous ressourcer corps et âme dans les eaux thermales de l'Onsen Tokachigawa ou découvrir l'histoire des pionniers de Tokachi et suivre les courses de trait-tract, cette course hippique unique au monde réservée aux chevaux de trait. Tokachi vous attend avec son hospitalité unique qui vous laissera des souvenirs impérissables.

Onsen de type moor repute pour ses effets sur la beauté

Les seules courses de trait-tract du monde

NOUS CONTACTER

Fédération touristique de Tokachi
URL : http://tokachibare.jp/

Ville de Towada

PRÉFECTURE DE AOMORI

Paysage hivernal miroitant du lac de Towada

Profiter de l'art et de la nature, puis déguster la soul food « Towada bara-yaki » : la nouvelle mode à Towada Oirase !

C'est un homme d'origine coréenne, gérant d'un restaurant de yakiniku, qui inventa le « bara-yaki ». En effet, après la guerre, il utilisa la viande de bœuf laissée par les Américains de la base militaire de Misawa (excepté la partie la plus maigre) et la prépara en bulgogi. Après l'incendie de Misawa, le magasin fut déplacé à Towada et devint populaire auprès des citoyens. Depuis, le « bara-yaki » est devenu un plat incontournable de Towada.

Cuisine régionale

Bara-yaki

En général, le « bara-yaki » se compose uniquement de poitrine de bœuf et d'une grande quantité d'oignons, assaisonnés d'une sauce sucrée et épicée à base de sauce soja, puis cuits sur une plaque de cuisson.

Bara-yaki

Bara-yaki

Cuisine régionale

Porc à l'ail

Récolte de l'ail

Les zones d'élevage sont très présentes sur le sol du volcan de Towada qui, grâce à un système d'agriculture durable basé sur une économie circulaire, fournit les viandes nécessaires au « bara-yaki » telles que le « boeuf Shorthorn de Towada » pauvre en graisse et riche en saveurs, et le « porc à l'ail d'Oirase » nourri à l'ail dont la région est la plus grande productrice du pays.

Paysages

Le volcan de Towada, dont l'activité a débuté il y a environ 200 000 ans, est entré en éruption à plusieurs reprises pour former une caldeira. En raison de sa haute altitude, aucune rivière ne pouvait s'y déverser, créant ainsi le lac de Towada dont l'eau est transparente.
Plus tard, l'effondrement du lac créa les gorges d'Oirase, longues de 14 km et abritant 14 chutes d'eau et environ 300 espèces de mousses.

Le lac de Towada

Les gorges d'Oirase

Découverte

Observation des mousses (Koke-sanpo)

Chutes d'eau gelées (Hyôbaku)

Les gorges d'Oirase offrent des promenades pour observer la mousse à la loupe appelées « Koke-sanpo » et d'autres pour voir les chutes d'eau glacées illuminées en hiver appelées « Hyôbaku ». Le lac de Towada propose diverses activités aquatiques, et des séjours à la ferme permettent de découvrir et déguster des produits frais.

Circuits de visite

Découvrez le lac de Towada dans le parc national, ainsi que le célèbre sanctuaire Towada-jinja, connu pour son légendaire dieu dragon et sa bonne fortune, puis explorez les gorges d'Oirase. En ville, les rues exposent de nombreuses œuvres d'art contemporain. Vous pouvez aussi vous relaxer dans une des nombreuses sources d'eau chaude de Towada et explorer la ville en vélo électrique au printemps.

Sanctuaire Towada-jinja

Vélo électrique

NOUS CONTACTER

Office de tourisme de Towada Oirase
URL : https://www.towada.travel/

Ville d’Ichinoseki – Bourg d’Hiraizumi

PRÉFECTURE DE IWATE

Ruines du domaine du village de Honedera

La culture culinaire du mochi japonais et les paysages originels du pays de l'or

La culture culinaire du mochi remonte à il y a environ 400 ans, à l'époque féodale où le clan Date qui régnait alors sur le domaine a encouragé la coutume d'offrir chaque mois aux dieux et au Bouddha cette pâte de riz gluant en une prière pour la paix et la protection contre les catastrophes. Depuis, la coutume de préparer et de manger le mochi comme un repas de fête lors des grandes occasions telles que le Nouvel an ou les étapes importantes de la vie ou des saisons continue à être transmise aujourd'hui. Peu d'endroits au Japon vous permettront comme Ichinoseki et Hiraizumi de découvrir tous les rituels entourant les repas au mochi traditionnel.

Cuisine régionale

Mochi honzen

Le mochi honzen est né de la culture samouraï qui accordait une grande place aux rituels. Le repas cérémoniel introduit par Date Masamune, le premier Daimyo de la ligné ayant régné sur la province de Sendai, est un arrangement culinaire basé sur 3 plats de soupes et 7 plats de légumes constituant le summum du raffinement et servi comme repas formel (repas de fête) lors des grandes occasions. Ne manquez pas de déguster ce repas traditionnel typique de la région qui a été transmis au fil des générations depuis l'époque d'Edo (1603-1868).

Préparation du mochi

Mochi honzen

Une cuisine au mochi d’une immense variété

Cuisine régionale

La cuisine au mochi d'Ichinoseki et Hiraizumi a connu une évolution unique à travers l'histoire depuis l'époque du domaine féodal et compte aujourd'hui 300 façons (recettes) d'être dégustée. Vous pourrez goûter les plats les plus divers au gré de vos envies allant des préparations régionales traditionnelles de mochi aux haricots rouges, noix, bardane et viande hachée, etc. aux pizzas au mochi, mochi roulé dans le chou, rouleaux de printemps au mochi, parfait au mochi, etc.

Paysages

Le temple Chusonji et le temple Motsuji ne sont pas les seuls lieux à voir. Les ruines du domaine du village de Honedera qui conservent encore aujourd'hui les magnifiques paysages des villages ruraux d'antan sont pleines de sites incontournables qui charment les visiteurs comme Geibikei, des gorges aux parois à pic de 100 m de haut classées parmi les 100 plus beaux paysages du Japon ou les gorges Genbikei, monument naturel offrant un paysage saisissant sculpté par l'érosion de leur rivière.

Gorges Geibikei, l’un des 100 plus beaux paysages du Japon

Gorges Genbikei, classées comme monument naturel

Découverte

Découverte du mochi honzen

Découverte des activités agricoles

À Ichinoseki et Hiraizumi, vous pourrez découvrir le mochi honzen unique ainsi que la préparation du mochi, appelée mochitsuki, qui est réalisée au rythme des chants transmis depuis toujours dans la région. En outre, dans l'ArkFarm de Tategamori ou les ruines du domaine du village de Honedera, les nombreuses formules de découverte proposées vous permettront de profiter pleinement de tous les charmes régionaux en découvrant entre autres bien des aspects de la vie des fermes au cours d'échanges avec les habitants de la région.

Circuits de visite

Commencez votre voyage par le temple Chusonji et le temple Motsuji classés au patrimoine culturel mondial avant de découvrir les activités agricoles en profitant des paysages ruraux des ruines du domaine du village de Honedera qui appartenait autrefois au domaine du temple Chusonji. Après avoir dégusté la cuisine mochi honzen servie aux invités de marque, descendez en bateau la rivière des gorges de Geibikei, une des plus belles vues du pays, et faites un séjour détente que seules les résidences traditionnelles de la région peuvent vous offrir. Nul doute que vous passerez des moments inoubliables.

Ruines du domaine du village de Honedera

NOUS CONTACTER

Association héritage du monde Hiraizumi-Ichinoseki DMO

URL : https://hiraizumi-dmo.jp/

Région d'Ishinomaki

PRÉFECTURE DE MIYAGI

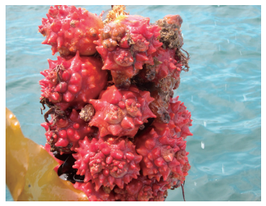
Ishinomaki : l'une des 3 plus grandes zones de pêche du monde - À la recherche des « hoya-zôni » de Sanriku & d'argent -

La région d'Ishinomaki se situe dans l'une des 3 plus grandes zones de pêche du monde, et regorge de ressources halieutiques telles que les ascidies (hoya), également appelées « ananas de mer » en raison de leur forme, qui ne sont récoltées qu'à Hokkaidô et dans la région côtière de Sanriku. Leur goût est si caractéristique, que l'on dit qu'il correspond à manger la mer elle-même, ce qui en fait un mets délicat dans la région du Tôhoku et un ingrédient populaire, même à l'étranger.

Cuisine régionale

Hoya-zôni

Pour préparer un hoya-zôni il faut saler des ascidies, les faire cuire, récupérer un bouillon fait avec des ascidies séchées et les servir avec des fruits de mer et des légumes. Il s'agit d'un plat traditionnel du Nouvel An fait à base de naruto (pâte de poisson), de seri (persil japonais) et d'œufs de saumon.


Ascidies

Hoya-zôni

Cuisine régionale

Ishinomaki seri nabe

Sushi

Le « Kahoku-seri » dont l'indication géographique (IG) est reconnue, se consomme depuis 300 ans et est apprécié pour sa texture croustillante. Il est utilisé dans les zôhis ou s'accompagne d'huîtres dans le plat hivernal « Ishinomaki seri nabe ».
Les anguilles de mer font la fierté de la région qui est le spot de pêche numéro 1 du pays. Ces dernières, dotées d'une taille et d'une teneur en graisse incroyables, sont très appréciées dans les sushi et sur les bols de riz « Sasanishiki ».

Paysages

Le « parc commémoratif du tsunami d'Ishinomaki Minamihama » a été construit dans cette zone, qui fut la plus touchée par le séisme de 2011 de la côte Pacifique du Tôhoku. Ce lieu de deuil et de repos accueille de nombreuses personnes et permet de transmettre aux générations futures la mémoire et les leçons liées à cette catastrophe.
L'île est entièrement considérée comme étant une zone sacrée du sanctuaire de Kogane-yama et de nombreux cerfs, messagers des dieux, vivent sur le mont Kinka. L'île de Tashiro-jima abrite de nombreux chats et est connue sous le nom de l'« île aux chats ».

Le parc commémoratif du tsunami de Minamihama

Chat de Tashiro-jima

Découverte

Activités de pêche

Cyclisme

Les plages ont regagné en popularité et redeviennent prisées, alors essayez-vous à la pêche et découvrez le mode de vie des locaux qui habitent en bord de mer.
Profitez de la beauté naturelle du parc national Sanriku Fukkô en faisant un trekking ou en louant des vélos (VTT ou vélos électriques) sur le sentier côtier de Michinoku ou le « Miyagi Olle ».

Circuits de visite

Ishinomaki est à environ 1 heure de Sendai.
Un diction dit que si vous vous y rendez durant 3 années consécutives, vous n'aurez aucun problème financier pour le reste de votre vie.
Allez d'îles en îles et visitez le mont Kinka, l'une des 3 montagnes sacrées du Nord du Japon ou encore l'île aux chats « Tashiro-jima » pour découvrir la culture et l'histoire unique de cette région à la nature luxuriante.

Cerfs du mont Kinka

Route maritime reliant les îles

NOUS CONTACTER

Office de tourisme de la région d'Ishinomaki
URL : https://www.umimachi-sanpo.com/

Région de Odate

PRÉFECTURE DE AKITA

Kiritanpo préparés par des paysannes

Découvrez le récit de naissance des kiritanpo, délices traditionnels d'Akita, et l'hospitalité des paysannes !

Goûtez aux kiritanpo qui appartiennent à la cuisine traditionnelle d' Akita,
une région majeure de la production de riz au Japon.
Ils auraient pour origine ce que mangeaient, autrefois,
les matagi vivant de la chasse quand ils restaient en montagne,
à savoir du riz pilé et de la viande d'oiseau des montagnes bouillie dans une soupe.
Transmis de génération en génération lors des réunions familiales ou pour régaler les invités,
leur histoire s'est enracinée dans celle de la région aussi comme le goût de la cuisine de maman dans chaque foyer.

Cuisine régionale

Kiritanpo

Les kiritanpo sont préparés avec le riz cultivé dans le fertile bassin d'Odate. Celui-ci est pilé, puis enroulé autour de brochettes en cèdre d'Akita avant d'être cuit au feu de charbon. Les miso-tsuke kiritanpo sont mangés avec une sauce miso à base de graines de soja et de riz. On peut aussi déguster le kiritanpo nabe, pot-au-feu préparé avec le fameux poulet Hinai-jidori, l'un des trois meilleurs du Japon, servant au bouillon et cuit avec des légumes de culture locale.

Kiritanpo, met traditionnel d'Akita

Kiritanpo nabe

Cuisine régionale

Bol de riz（Oyakodon）aux oeufs et au poulet de Hinai

Les edamame, produits d'automne

Croisé avec le poulet Hinai-dori inscrit sur la liste des espèces protégées du Japon, le Hinai-jidori a une période de croissance trois fois plus longue que celles du poulet commun. Avec les tonburi aussi appelé caviar des champs ou les edamame très nutritifs et pour lesquels on utilise de l'engrais provenant des Hinai-jidori, vous avez là de quoi profiter d'aliments uniques à la région.

Paysages

Vous pouvez ici éprouver la beauté naturelle le long de quatre saisons avec des panoramas tels celui du mont Moriyoshi qui possède l'un des trois grands paysages d'arbres gelés du Japon et figure sur la liste des fleurs de cent montagnes célèbres du pays. Admirez également le lac Towada, une caldeira formée par l'activité volcanique autour de laquelle on admire la verdure nouvelle du printemps ou le feuillage automnal, ou encore les vues s'offrant depuis la ligne Akita Nairiku courant le long de montagnes conservant le paysage originel du Japon.

Ligne de train Akita Nairiku

Mont Moriyoshi

Découverte

Rencontrez des paysannes

La récolte, une expérience typique de la campagne

Profitez d'un atelier de préparation de kiritanpo animés par des paysannes ou de participer à la récolte de riz ou de fruits selon les saisons. Si vous logez dans une ferme, vous aurez aussi la possibilité de vous familiariser avec la culture culinaire locale et les charmes de la campagne au contact des paysannes.

Circuits de visite

Et si vous effectuiez un circuit fait d'échanges et de découvertes autour de l'histoire du lieu de naissance des kiritanpo? Prenez part à la préparation de kiritanpo ou aux travaux agricoles en logeant dans une ferme, puis partez à la recherche de l'origine des kiritanpo par une ballade en montagne des matagi. Pour connaître la culture matagi, vous devrez absolument rencontrer les chiens Akita-inu qui participaient à la chasse.

Participez à la récolte en logeant dans une ferme

Adorables chiens d'Akita

NOUS CONTACTER

Akita Inu Tourism
URL : https://visitakita.com/en/

Ville de Tsuruoka

PRÉFECTURE DE YAMAGATA

Grand portique torii des monts sacrés Gassan et Haguro

Découvrez la cuisine et le climat de cette ville créative de l'UNESCO classée pour sa culture culinaire

Dans un cadre de montagnes, plaines, rivières et de mer, la ville de Tsuruoka jouit des bienfaits des quatre saisons. Les 60 variétés de plantes originelles comme les fèves de soja dadacha-mame ou les navets atsumi qu'on y trouve sont un véritable patrimoine culturel vivant transmettant les meilleures variétés. La culture culinaire locale unique étroitement à la culture spirituelle représentée par le théâtre no de Kurokawa ou la religion Shugendo des Trois Monts de Dewa ainsi que les repas familiaux des grandes occasions ou les plats régionaux continuent également à être transmis aujourd'hui.

Cuisine régionale

Cuisine bouddhiste des Trois Monts de Dewa

La cuisine bouddhiste des Trois Monts de Dewa a été transmise depuis les temps les plus anciens en tant que repas pour vivre consommé par les ascètes vivant au cœur des montagnes comme le mont Gassan pour s'y livrer à leurs pratiques spirituelles. Ne recourant ni à la viande, ni au poisson, elle est préparée via des techniques traditionnelles à base de plantes ou champignons de saison récoltés au pied des montagnes. La consommer avec un sentiment de reconnaissance envers la nature est une façon de se purifier le cœur et l'esprit.

Cuisine bouddhiste des Trois Monts de Dewa

Cuisine régionale

Les dadacha-mame, reines des fèves de soja

Soupe mosojiru, un plat régional printanier

Les dadacha-mame, des fèves de soja spécialement produites à Tsuruoka, ont un parfum, une douceur et une saveur uniques et sont considérées comme les plus délicieuses du Japon. En outre, vous trouverez toute une variété d'aliments au goût à la fois simple et profond tels les plantes originelles produites via une agriculture sur brûlis depuis jadis comme les navets atsumi, les plats régionaux à base d'aliments de saison dégustés en soupes au miso, le délicieux riz ou les sakés au riche arôme.

Paysages

La voie d'accès à l'escalier de pierre bordé de cèdres japonais vieux de plus de 350 ans ou la solennelle pagode à cinq étages classée comme trésor national du mont Haguro ont une beauté digne des 3 étoiles décernées par le Guide Vert Michelin Japon. Les magnifiques paysages ruraux de la plaine de Shonai qui s'étend avec les monts Gassan et Chokai en arrière-plan, le soleil couchant sur la côte de Shonai ou le parc de Tsuruoka qui fait partie des 100 plus beaux sites de cerisiers du Japon sont aussi des sites incontournables.

Les moines itinérants et la pagode à cinq étages, trésor national

Soleil couchant sur la côte de Shonai

Découverte

Récolte des cerises

Croisière à bord d' un bateau de pêche

Vous pourrez profiter d'une gamme d'activités les plus diverses à travers la découverte de la culture spirituelle du Japon comme le shugendo et la cuisine bouddhiste des moines itinérants parcourant les Trois Monts de Dewa ou le zazen, l'initiation à la récolte des plantes originelles considérées comme un patrimoine culturel vivant et des fruits frais, l'initiation à la cuisine à travers la préparation des nouilles de sarrasin, la découverte de la fabrication des bougies peintes transmise depuis l'époque féodale et du shinaori considéré comme la plus ancienne forme de tissage du Japon, ou les croisières sur la mer du Japon à bord des bateaux de pêche.

Circuits de visite

Parcourez les Trois Monts de Dewa symbolisant le passé, le présent et l'avenir, visitez les zones de production des plantes originelles, l'aquarium Kamo qui présente la plus grande variété de méduses au monde et l'ancienne ville féodale pour découvrir la nature des montagnes, de la campagne et de la mer et l'histoire de Tsuruoka. En séjournant dans une station thermale et en profitant de la culture culinaire ancestrale, ce voyage de détente physique et mentale sera une véritable renaissance.

Onsen d' Atsumi

Plus grande variété de méduses du monde à l'aquarium Kamo

NOUS CONTACTER

Comité de promotion de la Ville Créative de la gastronomie de Tsuruoka
URL : https://tsuruokagastronomy.com/

Ville d'Aizuwakamatsu

PRÉFECTURE DE FUKUSHIMA

Un paisible paysage champêtre s'étend

Gottsuo, une tradition à déguster dans une ville de samouraïs

*Gottsuo signifie dans le dialecte de la région d'Aizu une cuisine réservée aux hôtes importants

La province d'Aizu a autrefois été longtemps dirigée par des shoguns fameux pour le contrôle de la région du Tohoku.
Entourée des quatre côtés par des montagnes,
elle jouit d'une nature généreuse comprenant notamment le lac Inawashiro et le mont Bandai,
et conserve des paysages évoquant avec nostalgie le Japon du
passé ainsi que la ville attenante à son château.
La cuisine et le saké d'Aizu, étroitement associés avec la région,
ont donné naissance à une culture culinaire unique accompagnant une nature généreuse le long des quatre saisons.

Cuisine régionale

Kozuyu

Cette cuisine locale tirant son origine de celle servie pour le sankin-kotai, système obligeant les seigneurs à passer une année sur deux à la capitale Edo, est inséparable d'un Hare ho hi ou jour spécial. Elle est précieuse pour découvrir la nourriture d'Aizu, avec par exemple ses aliments séchés comme des ligaments de coquillages dans la soupe. Servie dans le laque d'Aizu, issue de l'artisanat traditionnel, elle permet de profiter avec délice des traditions d'Aizu.

Kozuyu, indispensable lors d'un Hare no hi

Cuisine régionale

Dengaku, une saveur tout en simplicité

Riz et ingrédients étuvés du wappa meshi

Les terres d'Aizu entourées par les montagnes jouissent de produits agricoles et d'une cuisine de la meilleure qualité, comprenant notamment le dengaku descendant des repas des samouraïs en campagne, le wappa meshi servi dans des plats en bois ou encore une production de saké transmise depuis l'époque Edo. Vous aussi, régalez-vous avec un repas plein de goût qui met à profit les saveurs naturelles.

Paysages

La ville d'Aizuwakamatsu conserve tant des paysages champêtres figurant entre autres le mont Bandai et la chaîne montagneuse d'Iide, que d'autres évoquant les demeures des samouraïs d'Aizu de l'époque Edo. Depuis la plateforme d'observation du château de Tsuruga, symbole de la ville, on peut embrasser du regard le bassin d'Aizu et la ville s'étendant sous le château. Le panorama présente une nature variée évoluant au fil des saisons.

Château de Tsuruga au printemps

Demeure de samouraï d'Aizu

Découverte

Récoltez vous-même des choux sous la neige

Des sakés élaborés avec les meilleurs ingrédients

Asperges au printemps, tomates en été, riz et saké en automne et poulets de la région d'Aizu en hiver : la carte locale variant avec les saisons offre un vaste choix. La région vous permet ainsi de profiter d'une cuisine locale toujours fraîche. Vous pouvez également faire toutes sortes de découvertes grâce aux d'ateliers d'artisanat, par exemple de laque d'Aizu, ou aux activités agricoles.

Circuits de visite

Promenez-vous dans la ville du château de Tsuruga, symbole de la ville de samouraïs, ou profitez de récolter vous-mêmes ou d'acheter directement des fruits de cette région agricole ayant soutenu l'ancien fief d'Aizu. Autour du lac Inawashiro où s'étire une zone de champs, rafraîchissez-vous au milieu d'une splendide nature. Ou encore, demeurez plusieurs jours au même endroit en logeant dans le quartier des sources thermales à l'intérieur de la ville.

Le vaste mont Bandai

Le village thermal de Higashiyama-onsen à la longue histoire

NOUS CONTACTER

Bureau touristique d'Aizuwakamatsu
URL : http://samurai-city.jp/en/

Ville de Ôtawara

PRÉFECTURE DE TOCHIGI

Paysage de campagne au coucher du soleil

Vivez de mémorables interactions avec les locaux et découvrez la cuisine rurale

Située dans la partie nord de la préfecture de Tochigi, la ville d'Ôtawara est une région productrice de riz qui a joué un rôle important comme grenier depuis les temps anciens. Elle est actuellement la plus grande productrice de riz paddy de la région du Kantô, et est également importante dans la production de légumes et de fruits.

Cuisine régionale

Soupe Kenchin-jiru

La soupe kenchin-jiru est préparée avec des légumes et des ingrédients caractéristiques d'Ôtawara et assaisonnée de sauce soja ou de miso. C'est une spécialité locale classique qui est appréciée par les habitants depuis très longtemps.
Cette soupe a une grande histoire et était autrefois considérée comme un « shojin-ryori » (un repas végétarien bouddhiste). Comme il s'agit d'une cuisine végétarienne faite avec de nombreux légumes et champignons revenus dans l'huile, on dit que la soupe kenchin-jiru était un plat essentiel lors de festivals condamnant la brutalité et les mises à mort.

Cuisine locale d'Ôtawara avec beaucoup de légumes

Cuisine régionale

Campagne chaleureuse et authentique

Saké local fabriqué avec les eaux souterraines de la chaîne de montagnes Nasu

Vous serez subjugué par l'arôme riche et la douceur qui se propage dans la bouche au moment de la dégustation. Il est dit qu'un bon riz et qu'une bonne eau sont essentiels pour brasser un bon saké. Le saké local est préparé avec de l'eau souterraine riche en umami filtrée naturellement par le Mont Nasu et se caractérise par un goût doux. Il a remporté de nombreux prix lors de concours nationaux.

Paysages

Le temps semble s'écouler lentement dans la campagne paisible de Satoyama et ses splendides paysages naturels. Respirez profondément, imprégnez-vous de l'odeur de la terre et de la nature, et reposez-vous dans ces paysages apaisants.
Les « ayu-yana » (des barrages à faible hauteur de chute pour les poissons d'eau douce) constituent une tradition estivale où vous pouvez profiter des éclaboussures de l'eau et de la brise fluviale. Vous pouvez déguster de délicieux plats d'ayu tout en profitant du paysage offert par les eaux claires de la rivière Naka-gawa.

Paysage de Satoyama où vous pouvez apprécier la campagne en toute tranquillité

Ayuyana où profiter des eaux claires de la rivière Naka-gawa abritant de nombreux ayus

Découverte

Repiquage de riz qui se finit souvent recouvert de boue

Épis de riz dorés ondulant

D'autres activités estivales vous attendent, telles que le repiquage du riz, qui se finit souvent recouvert de boue, ou la récolte des épis de riz devenus dorés. Une autre activité populaire est la récolte des fruits et des légumes. Nous souhaitons proposer un séjour à la campagne où les voyageurs pourraient profiter d'interactions avec les agriculteurs locaux, et qu'ils s'y sentent bien au point de se sentir « chez eux ». Nous accueillons également des voyages éducatifs d'environ 200 étudiants.

Circuits de visite

Ôtawara est à environ 70 minutes de Tokyo en Shinkansen (train à grande vitesse). Partez une journée et profitez de ses paysages originaux, découvrez des activités agricoles, échangez et partagez avec les locaux lors de votre séjour dans une ferme-auberge. En guise de souvenirs, vous pourrez rapporter diverses spécialités locales telles que du bœuf de Yoichi (bœuf noir japonais de catégorie A5 qui fait la fierté d'Ôtawara) ou de l'amazake, une boisson sucrée faite uniquement de riz et de koji (résultat d'un procédé de transformation du riz par une fermentation particulière).

Bœuf de Yoichi de haute qualité, riche en umami

Un amazake fait uniquement de riz et de koji

NOUS CONTACTER

Office du tourisme d'Ôtawara
URL : http://ohtawaragt.co.jp/

Région de Chichibu

PRÉFECTURE DE SAITAMA

Lanternes lumineuses et feux d'artifices illuminent le ciel à l'occasion du Chichibu Yomatsuri

Une culture gastronomique née des sources de la montagne, aux portes mêmes de Tokyo

De nombreuses sources naturelles coulent dans les vallées montagneuses de la région de Chichibu. La pureté des sources et les températures élevées dans la vallée font de Chichibu un endroit idéal pour les cultures qui nécessitent une eau de qualité pour pousser. Vergers, vignobles et brasseries sont un peu partout, et les producteurs locaux capitalisent les atouts de la région en vendant vin, sake, whisky, et même glace pilée. Le tourisme tourne aussi autour de l'eau à Chichibu. Les sources d'eau chaude, la mer de nuage dans la vallée et les Nagatoro Iwadatami, des formations rocheuses sur la rive sont des lieux populaires. Le Chichibu Yomatsuri – un des trois plus grands festivals de chars au Japon – fait aussi intervenir le dieu de l'eau.

Cuisine régionale

Whisky

La diversité des alcools produits à Chichibu est rare pour une seule région au Japon : sake, bière, sochu (distillé à partir de riz ou de pomme de terre), vin et whisky. La législation exige que le premier toast lors de n'importe quel rassemblement soit célébré avec un breuvage de Chichibu. La pureté des sources montagneuses est cruciale pour les distilleries du secteur, comme celle du mondialement connu Ichiro. Le whisky de la région continue de remporter des prix lors de congrès de dégustation, année après année. Cela n'est pas une exagération de dire que des breuvages de classe internationale sortent directement de la terre à Chichibu.

Eau de source pure de montagne

Quatre blends de whisky de la distillerie de renommée mondiale, Akuto Ichiro

Cuisine régionale

Plat de gibier dans un cadre rustique

Pain perdu servi avec du sirop d'érable fraîchement récolté

En plus de l'alcool, Chichibu doit à la montagne de nombreuses autres spécialités régionales. La surpopulation de cerfs et de sangliers a commencé à endommager les forêts et l'habitat d'autres animaux sauvages. Pour répondre à ce problème, le gouvernement local incite à la consommation de gibier. Les établissements de la région offrent désormais des spécialités à base de gibier pour attirer l'attention des visiteurs. Une autre initiative récente est le développent de la culture de l'érable. Le climat et les sols de Chichibu conviennent particulièrement aux érables. Les confiseurs ont entrepris de les planter dans les forêts pour récolter leur sève, protégeant à la fois les forêts tout en participant à la croissance d'une spécialité régionale : le sirop d'érable.

Paysages

En 2016, l'UNESCO nomme le Chichibu Yomatsuri comme Patrimoine Culturel Immatériel. En décembre, le festival révère la déesse du sanctuaire de Chichibu (le bodhisattva Myoken, une déification de l'Etoile du Nord et de la sériciculture) et le dieu du Mont Buko (une déité dragon associée à l'eau). Le dieu et la déesse se rencontrent une fois par ans, la nuit du festival. Les célébrations rendent grâce aux récoltes de l'année et en gratitude on porte un verre d'eau jusqu'au Mont Buko. A voir également, la mémorable mer de nuage, visible depuis le centre de la ville. Sa popularité à récemment augmenté, particulièrement auprès des visiteurs qui souhaitent partager des vues spectaculaires sur les réseaux sociaux.

Un immense char et les artistes durant le Chichibu Yomatsuri

Une mer de nuage qui recouvre la ville

Découverte

Association élégante entre un whisky et un yokan, une des plus vieilles association dans le monde culinaire

Dégustation de whisky en pleine détente

Si Chichibu accueille peu de grandes chaînes de magasins, la ville compte nombre de petits restaurants indépendants, ayant chacun son petit caractère. Comme on peut s'y attendre, les bars en ville sont particulièrement animés. L'amateur de whisky peut espérer trouver une large gamme de produits issus de distilleries du coin, mais aussi une large sélection de whisky du monde entier.

NOUS CONTACTER

Association touristique Chichibu Omotenashi
URL : https://chichibu-omotenashi.com/en/

Ville de Tokamachi

PRÉFECTURE DE NIIGATA

Paysage hivernal des rizières en terrasse de Hoshitoge

Le summum de la cuisine et de la beauté tissé par les neiges abondantes – Tokamachi du pays des neiges

Chaque an, la neige recouvre la bordure montagneuse de trois à quatre mètres de neige et le centre-ville d'environ deux mètres. Cette région aux neiges les plus abondantes du monde et la ville de Tokamachi se retrouvent ainsi sous un manteau blanc pendant la moitié de l'année. La beauté de la culture satoyoma (désignant la zone entre le pied des montagnes et la plaine), symbolisée par les poteries style flammèches de la période Jomon qui sont les plus vieux trésors nationaux du Japon, remontent environ à plus de 5000 ans. Dans cette terre de neige, il est possible de goûter à une cuisine typique en déroulant l'histoire d'une culture se développant depuis des temps reculés.

Cuisine régionale

Hegi Soba

Avec la fonte des neiges commence le stockage des provisions en vue du prochain hiver, et avec l'arrivée de la neige, le tissage. Cette vie dans la région des neiges abondantes a donné naissance aux nouilles hegi soba. Leur élasticité est engendrée par l'ajout d'algues, colles pour filés, pétries dans la pâte. En servant ces nouilles fraîches dans un plat spécial appelé hegi, on parvient à exprimer la beauté du faisceau de fils de soie ou celle de la texture d'un kimono.

Les hegi soba à la texture unique

Cuisine régionale

Les aliments locaux se marient parfaitement aux sakés de la région

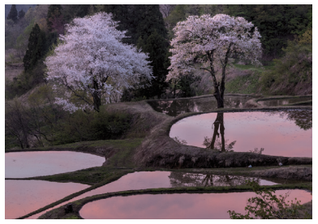
Plantes sauvages comestibles pour la conservation

Les produits de l'agriculture locale comprennent des plantes sauvages comestibles et le riz Uonuma Koshihikari, cultivés avec les neiges abondantes et l'eau limpide de leur fonte. Qu'ils soient consommés frais ou sous forme conservée, les deux manières appartiennent à une culture culinaire ancestrale. En les appréciant avec un saké local, il est facile de deviner pourquoi on continue d'habiter ici depuis si longtemps.

Paysages

Le festival d'art Echigo-Tsumari expose des œuvres contemporaines au milieu de paysages entre plaine et montagne, dont avant tout les rizières en terrasse de Hoshitoge, choix numéro un parmi les 30 raisons pour aller au Japon avant de mourir. La région devient en entier un musée à ciel ouvert, dont on parcourt les plus de 200 pièces tout appréciant des vues originelles du Japon.

Festival d'art triennal Echigo-Tsumari



Rizières en terrasse de Gimyo

Découverte

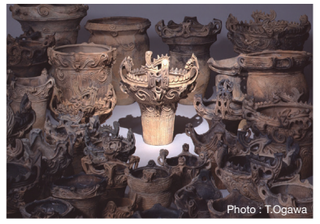
Essayez un igloo du Pays des neiges lors de la fête Kamakura

La ville de Tokamachi est un grand lieu de la fabrication de kimonos

Tokamachi est un lieu de production globale de kimonos de première importance. Vous pouvez vous y initier à la culture des kimonos par des activités diverses, à commencer par le festival annuel de kimono, ainsi que des ateliers de teinture, décoration ou tissage lors d'une visite de manufacture. Il est aussi possible de loger dans une maison ancienne pour faire des jeux de neige. Rendez-vous ensuite à un onsen, puis goûtez à la nourriture et au saké de la région pour des moments inoubliables.

Circuits de visite

Au musée municipal de Tokamachi, vous pourrez découvrir des poteries style flammèches de la période Jomonqui sont les plus vieux trésors nationaux du Japon, ainsi que l'histoire et la culture de la région des neiges abondantes grâce à des audioguides multilingues. Visitez aussi les rizières en terrasse figurant dans la Sélection de 100 hameaux du Japon. Au Matsunoyama Onsen, l'un des grands bains médicinaux du Japon, dégustez à la cuisine régionale préparée avec des aliments locaux et du riz des rizières en terrasse, afin de profiter au maximum du summum de la beauté tissé par les neiges abondantes et une région entre montagne et plaine du Japon du bon vieux temps.



Trésor national, poterie style flammèches de la période Jomon

Matsunoyama onsen : bain Yukimi

NOUS CONTACTER

Association touristique de Tokamachi
URL : http://tokamachishikankou.jp/en/

Ville de Komatsu

PRÉFECTURE DE ISHIKAWA

Paysage rural et Kibagata avec la montagne sacrée Hakusan en arrière-fond

Découvrez la cuisine de banquet et l'environnement du Pays des paysans

La ville de Komatsu se situe dans la partie sud de la préfecture d'Ishikawa, au centre de la plaine de Kaga. Depuis des temps reculés, elle prospère en tant que capitale de la région de Kaga, jouissant d'un riche environnement culturel et naturel entre le Mont Hakusan et la mer du Japon. Durant un siècle, ce sont les paysans qui ont dirigé la région.
Ils ont donné naissance à une culture culinaire spécifique autour du thé et au kaiseki, repas gastronomique, qui s'est transmise jusqu'à aujourd'hui comme la culture des marchands, ainsi qu'à la cuisine Hoonko.

Cuisine régionale

Cuisine kaiseki

La culture du thé et la cuisine gastronomique kaiseki se sont répandues en tant culture de la classe marchande. Nous en héritons maintenant comme de la culture de Komatsu, rendue possible grâce à une activité industrielle interrompue. Elles se caractérisent par des saveurs délicates et élaborées, élevées au rang d'œuvre d'art quand on les sert dans de la porcelaine de Kutani.

La cuisine kaiseki s'est répandue comme élément de la culture des marchands

Cuisine régionale

Cuisine Hoonko

Sakés à la saveur douce

Le pays des paysans, appelé ainsi puisque ceux-ci y ont gouverné, a donné jour à la cuisine Hoonko et à des sakés à la fois fins et doux. Les Komatsu udon, emblèmes de la gastronomie locale, combinent de fines nouilles tendres avec une soupe à base de poisson. Ils appartiennent aux nombreux délices qu'il vous faudra goûter lors de votre visite à Komatsu.

Paysages

Le fameux Hiyo-koke no Sato fait partie des meilleurs lieux où poussent diverses variétés de mousses, plus précisément 48 ici. Un charmant hameau entre montagne et plaine y étend ses jardins et sanctuaires couverts de mousse et ses habitations au milieu d'une belle forêt de cèdres. Au temple Natadera fondé voilà plus de 1300 ans, on trouve aussi un panorama unique, le Kigan-yusenkyou, magnifiquement sculpté par la nature dans les rochers.

Hiyo-koke no Sato

Le Kigan-yusenkyou du Natadera

Découverte

Takigahara House

Village d'artisanat traditionnel de Kaga Yunokuni no Mori

Au Village d'artisanat traditionnel de Kaga Yunokuni no Mori, il existe plus de 50 ateliers vous initiant par exemple au Wajima-nuri (laque) ou au Kutani-yaki (porcelaine). A la Takigahara House, une demeure ancienne rénovée, vous pouvez découvrir des activités agricoles au milieu d'une belle nature et goûter dans le café attenant une cuisine à base de légumes frais de saison.

Vous pourrez aussi vous essayer au maquillage du Hikiyama kodomo Kabuki symbole de la culture des marchands, et vous régaler avec la cuisine cha-kaiseki dans un restaurant de standing à la longue histoire. Visitez encore une brasserie de saké et faites-y une dégustation, prenez part à une cérémonie de thé dans une cabane de thé ou faites la tournée des sites attrayants de Komatsu. De cette façon, votre voyage vous fera vivre la culture locale des marchands.

Atelier de maquillage de kabuki

Visite d'une brasserie de saké et dégustation

NOUS CONTACTER

Information touristique de Komatsu & Bussan
URL : https://www.explorekomatsu.com/

Ville d'Obama

PRÉFECTURE DE FUKUI

Obame et sa riche nature

Miketsukuni Wakasa Obama

– Départ de la Route du maquereau, le chemin des nourritures à destination de la capitale –

Wakasa Obama était autrefois un des Miketsukuni (Pays des offrandes impériales)
d'où partaient le sel et les produits de la mer pour la cour impériale.
Les aliments cultivés dans une nature ne manquant de rien avec montagnes, campagnes,
rivières et mer, étaient acheminés vers Kyoto sur la Route du maquereau,
façonnant ainsi la culture culinaire de la capitale.
Les techniques de transformation de ces délicieuses denrées et
la gratitude envers une si généreuse nature continuent aujourd'hui d'animer la région.

Cuisine régionale

Saba no heshiko

Le saba no heshiko est fabriqué à partir de maquereau frais qui sera fermenté près d'une année avec du sel et du son de riz. Cette technique a été inventée pour conserver le maquereau dont la pêche est abondante. Elle aboutit à huit fois plus d'acide glutamique, responsable de la saveur, par rapport au maquereau cru et confère une saveur unique et un goût riche. Avec ce plat typiquement local, on ne peut que se resservir plusieurs fois de riz.

On se resserre de riz avec le saba no heshiko

Un fumet doux se dégage durant la grillade

Cuisine régionale

Produits frais de la mer de quatre saisons

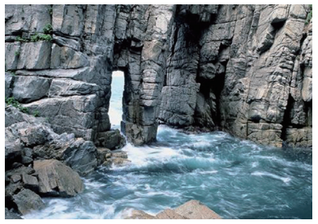
Saba zushi (sushis de maquereau)

Vous pourrez savourer une palette de cuisine préparant les dons de la baie de Wakasa afin d'en conserver la saveur : en plus des produits de la mer, les saba no narezushi qui seraient les ancêtres des sushis, les saba zushi indispensables lors de festivités à Obama ou Kyoto, les Wakasa Obama kodai sasa-zuke à base de jeunes daurades empilées dans de petits fûts en cyprès avec du vinaigre et du sel, les amadai no Wakasa-yaki avec de la dorade de luxe à la chaire et aux écailles tendres, etc.

Paysages

Sotomo, un tunnel naturel de 6 km dans une falaise splendide et merveilleuse de la baie de Wakasa, a été choisi par la chaîne CNN come l'un des plus beaux lieux du Japon. En outre, Tagarasu no Tanada, une terre prise entre la mer et la montagne, offre la possibilité d'admirer un paysage originel du pays. Un panorama riche en variations vous attend si vous parcourez la côte.

Tagarasu no Tanada



Sotomo

Découverte

Le catalogue d'activités pour savourer les dons venant de la baie de Wakasa et découvrir la vie d'un hameau de pêche est bien fourni : Expérience de pêcheur avec notamment la récolte d'algues wakame ou la pêche au casier de poulpe, Atelier recevoir la vie où l'on pêche, prépare et mange du pagre, atelier de taillage de baguettes pour fabriquer votre propre paire, atelier culinaire où vous prépareriez de la cuisine locale, etc.

Activité en kayak de mer

Expérience de pêcheur :
pêche au casier de poulpe

Circuits de visite

Wakasa obama est aussi surnommé la Nara avec la mer. On peut y trouver des temples et sanctuaires s'élevant au rang de trésors nationaux. Dans un coin de Sanchomachi encore imprégné de la culture de Kyoto, les geigi vous divertiront avec leur o-zashiki asobi (divertissement sur tatami). Au Musée de la culture culinaire de Miketsukuni Wakasa Obama, vous pourrez également étudier la culture de table du Japon et rejoindre un atelier de cuisine authentique dans les cuisines attenantes.

Sanctuaire Wakasahime

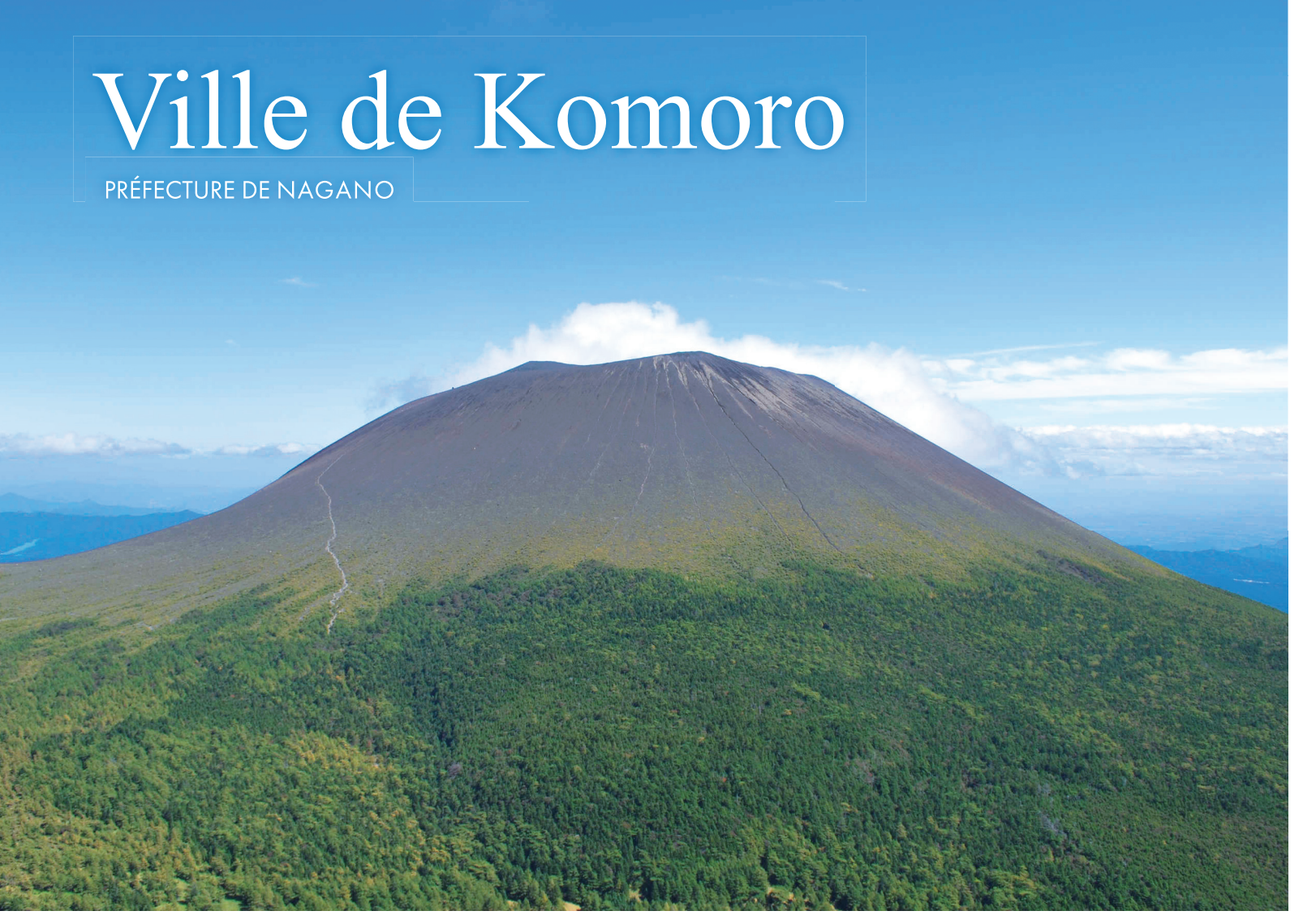
Divertissement avec geigi

NOUS CONTACTER

Association touristique de Wakasa Obama
URL : https://www.sabakaido-traveler.com/

Ville de Komoro

PRÉFECTURE DE NAGANO



Le Mont Asama, un volcan actif

Des saisons colorées – Soba et produits fermentés (Komoro)

La culture des soba de Komoro daterait du début de la période Edo, lorsque Hidehisa Sengoku, l'homme qui était à la tête de la province, décida d'utiliser la farine de sarrasin pour en faire des nouilles (soba kiri) et non les boulettes (soba gaki) qui étaient habituellement fabriquées jusqu'alors.
Il servit ces nouilles à ses vassaux et de cette hospitalité naquit l'histoire des soba kiri.
Les traditions perdurent encore aujourd'hui à Komoro où les soba, l'hospitalité, l'histoire et les saisons tiennent une place importante.

Cuisine régionale

Onikake

Une des spécialités culinaires de Komoro sont les onikake, un plat de soba qui se différencie de ceux communément servis tels que les mori soba, zaru soba ou kake soba. Il s'agit de soba accompagnées d'une sauce parfumée aux nombreux produits locaux dont des légumes sauvages aux goûts authentiques qui sont récoltés dans les montagnes alentours. Ce plat est généralement dégusté lors de jours fastes (des jours favorables suivant les calendriers traditionnels).

Champs de blé noir s'étendant sur la plaine du Mont Asama

"Onikake soba", une spécialité culinaire de Komoro

Cuisine régionale

Miso Shinshu, véritable témoin de l'Histoire

Vignes poussant entre 700 et 950 m d'altitude

La richesse de l'environnement de Komoro a permis le développement de la culture d'aliments fermentés comme le miso "Shinshu" produit grâce aux eaux souterraines du Mont Asama et réputé dans l'archipel. Les traditions et secrets de fabrication sont bien gardés dans de vieux magasins en activité depuis plus de 300 ans. La culture et la distillation du raisin prospèrent également dans la région, et le vin qui y est produit est d'une si bonne qualité, qu'il représente le vin national dans les assemblées internationales qui se déroulent au Japon.

Paysages

La région abrite de magnifiques paysages avec le superbe Mont Asama, ses champs de riz et ses champs de sarrasin. Dans les anciens jardins, les contrastes entre les murs en pierre recouverts de mousse et les couleurs des fleurs de cerisiers, ou celles des feuilles d'érables selon la saison, offrent un magnifique spectacle pour les yeux. Profitez de ces paysages aux couleurs merveilleuses qui vous réchaufferont le cœur.

Parc du château de Komoro et cerisiers en fleurs

Authentiques "Waki-honjin", des établissements imprégnés d'Histoire

Découverte

Atelier de fabrication de miso

Dégustation et visite de domaines viticoles à la renommée mondiale

Découvrez la fabrication des soba dans des maisons imprégnées d'Histoire datant de la fin de la période Edo et dégustez-les au déjeuner. Vous pouvez également préparer du miso de vos propres mains et visiter les domaines viticoles de la région.

Circuits de visite

Explorez les sentiers qui vous mèneront notamment au temple Shakusonji et qui ont été salués par le livre "Japan 100 hidden towns", détendez-vous dans les sources d'eaux chaudes à ciel ouvert de Takamine Kogen, puis dégustez les spécialités locales dont les fameux onikake. En hiver, partez avec un guide et lancez-vous dans des promenades en raquettes sur le Takamine Kogen ! De nombreuses activités vous attendent pour profiter de Komoro en toutes saisons !

Le plateau Takamine

Le Nunobiki Kannon et le Mont Asama

NOUS CONTACTER

Office de tourisme de Komoro
URL : https://komoro-tour.jp/

Ville d'Ina

PRÉFECTURE DE NAGANO

Structures en pierre illuminées du temple Kenpuku-ji

Découvrez une cuisine et une histoire anciennes

À Ina, ville d'origine du shinshu-soba, se transmet une cuisine ancienne avec des mets tels que les « Takatô soba / Gyôja soba », les « Irinoya zairai soba » ou encore la consommation d'insectes comme les criquets ou les larves d'abeilles.

Cuisine régionale

soba

[Takatô soba, Gyôja soba].
Soba servies avec une sauce « kara-tsuyu » faite en mélangeant du miso grillé dans du jus de daikon (radis blanc) râpé et pressé. Ce plat local est très ancien et peut maintenant être dégusté dans les restaurants de soba.

Takatô soba

Gyôja soba

Cuisine régionale

Irinoya zairai soba

Insectes

[Irinoya zairai soba]
Soba faites à base de graines de sarrasin au goût prononcé qui n'étaient plus cultivées jusqu'à récemment.
[Insectes]
Des insectes tels que les sauterelles, les larves d'abeilles ou encore les zazamushi (larves de trichoptères) sont consommés sous forme de condiments appelés « tsukudani ».

Paysages

La ville est entourée par les Alpes centrales à l'ouest et les Alpes du Sud à l'est. Au printemps, les cerisiers « Takatô-kohigan-zakura » du parc Takatô Jôshi sont considérés comme étant les plus beaux. À l'époque d'Edo, le clan Takatô était connu dans tout le Japon comme étant le foyer de tailleurs de pierre très compétents qui œuvraient dans tout le pays. Plusieurs de leurs œuvres demeurent encore aujourd'hui.

Pont « sakuraunbashi »
dans le parc Takatô Jôshi

Kenpuku-ji, temple du pèlerinage
de Kansai Kannon

Découverte

Parapente

Récolte de fraises dans la ferme Miharashi

La ferme Miharashi offre des activités de récolte et des ateliers artisanaux, et la région permet de nombreuses activités de plein air telles que le parapente, le stand up paddle, le VTT ou encore des sorties en buggy tout-terrain.
Il y a également trois sites de camping.

Circuits de visite

Découvrez l'histoire régionale en visitant les structures en pierre des Takatô, la ville du château de Takatô, le site historique du parc avec les vestiges du château de Takatô et le musée d'histoire de Takatô. Goûtez les aliments locaux tels que les nombreuses spécialités de soba comme les « Takatô soba », mais aussi les mets à base d'insectes et profitez des activités de plein air.

Extérieur de Tamakiya
(ancienne résidence historique)

Fabrication de soba

NOUS CONTACTER

Office de tourisme de la ville d'Ina
URL : https://inashi-kankoukyoukai.jp/en/

Région de Saku

PRÉFECTURE DE NAGANO

Le brassage traditionnel du saké, appelé « brassage à froid »

La ville aux 13 brasseries de saké où se bousculent les apprentis brasseurs

La plaine de Saku est entourée par la chaîne de montagnes volcanique Yatsugatake et les monts Tateshina et Asama. Dans la fraîcheur des matins d'hiver, de la vapeur de riz s'échappe des brasseries de saké. Le brassage du saké est un processus subtil qui requiert des éléments naturels d'exception tels qu'une eau pure issue des montagnes, un riz cultivé dans une terre riche et du kôji travaillé par plusieurs champignons. Le saké japonais est une merveille d'alcool, résultant du savoir-faire et de la conviction des brasseurs. Certains sakés ne peuvent être brassés qu'ici et les brasseurs locaux sont les seuls à détenir certains secrets de brassage.

Cuisine régionale

Les 13 brasseries de la région de Saku produisent un saké d'exception. Bénéficiant d'abondantes ressources en eau et d'un environnement naturel favorable, cette région où l'on brasse du saké depuis plus de 350 ans est l'une des principales régions productrices de riz du pays. De nombreux saké sont riches en saveurs et se marient parfaitement avec la nourriture de Saku.

sakés japonais

13 sakés authentiques

Vapeur de riz fumant s'élevant de brasseries par un froid matin d'hiver

Cuisine régionale

La cuisine traditionnelle de la carpe de Saku

Une consommation d'aliments fermentés toujours d'actualité

Malgré une altitude comprise entre 650 et 1500 mètres, le climat frais et le fort taux d'ensoleillement favorisent la production de légumes et de fruits de qualité. La ville a prospéré grâce à son statut de relais sur la route de Nakasendô. La cuisine traditionnelle à base de produits fermentés tels que le miso ou la saumure est encore très ancrée de nos jours. La cuisine à base de carpe, riche en nutriments, est la soul food locale. Il fait assurément bon vivre dans cette préfecture !

Paysages

Avec le mont Asama au Nord, la chaîne de montagnes volcanique Yatsugatake au Sud et étant traversé par la rivière Chikuma-gawa, le plateau de Saku offre un paysage fantastique. La région est parsemée de sources chaudes naturelles qui permettent d'admirer le majestueux mont Asama, dont l'atmosphère change selon le lieu, l'heure et la saison. La région bénéficie d'un climat frais et ensoleillé et d'un beau ciel étoilé tout au long de l'année.

Le mont Asama et un superbe panorama

Une abondance en eau favorisant le brassage du saké

Découverte

Une expérience authentique de fabrication de saké

Le premier hôtel-brasserie de saké au monde : KURABITO STAY

Vous pouvez séjourner dans une brasserie de saké et devenir un vrai brasseur durant votre séjour au « KURABITO STAY ». Dans la brasserie, les appartements des brasseurs ont été rénovés en hôtel-brasserie et permettent désormais d'accueillir les visiteurs. Profitez de cette expérience pour devenir brasseur ! Assistez à la fabrication de saké, affinez vos sens et découvrez l'art ancien de la brasserie.

Circuits de visite

Après avoir rendu votre tablier de brasseur et visité les brasseries de saké, rechargez vos batteries et relaxez-vous en visitant de magnifiques sites anciens tels que le sanctuaire Shinkaisansha-jinja et le temple Teishô-ji. Sur le chemin du retour, vous pourrez faire du shopping à la station routière « Healthy Terrace Saku-minami » où vous trouverez des produits régionaux, du fromage, du jambon, etc.
Conduire en admirant le superbe mont Asama est aussi quelque chose d'exceptionnel.

Le sanctuaire Shinkaisansha-jinja a été fondé à l'époque de Nara

Le temple Teishô-ji avec sa belle mousse

NOUS CONTACTER

Office de l'agrotourisme des brasseries de saké de Saku
URL : https://sakusake-tourism.com/en/

Vallée d'Hakuba

PRÉFECTURE DE NAGANO

Hakuba l'été, reflété sur le lac Happo

Nourriture, divertissement et agriculture au coeur d'une montagne splendide

La tradition d'accueil de Hakuba est aussi vieille que la ville elle-même. Ville modeste à l'origine, Hakuba était une étape sur la route Chikuni et offrait repos et hébergement aux voyageurs arpentant la route entre les montagnes de la province de Shinano et la mer du Japon.
A cause de la haute altitude de la ville et de son climat froid, la gastronomie traditionnelle de Hakuba met l'accent sur la conservation des aliments pour les mois d'hiver.
La fermentation et autres méthodes de conservation ont été transmises de génération en génération, devenant ainsi le pillier de la gastronomie locale – une culture à qui les résidents doivent leur exceptionnelle longévité et leur santé de fer.

Cuisine régionale

Soba

A 700 mètres au dessus du niveau de la mer, l'altitude élevée de Hakuba, ainsi que son climat froid et ses torrents alpins forment ensemble un cadre qui procure une saveur supérieure au sarrasin cultivé localement. On le connaît sous le nom de « Hakuba soba ». La farine de soba est utilisée dans de nombreuses spécialités locales. Chaque automne, on célèbre le festival du soba. Les nouilles de soba (souvent appelées simplement « soba ») sont servies dans de nombreux restaurants en ville, à déguster chaudes ou froides. Les habitants de Hakuba insistent toutefois pour dire que l'air vif et froid de l'hiver fait ressortir le goût des nouilles.

Des Hakuba soba fraîchement fabriquées, servies avec des tempuras

Cuisine régionale

Ego en tranches et recouvert de miso

Galette salée de Hakuba faite à partir de sarrasin local

En plus du soba, Hakuba a une spécialité d'algue appelée ego. Récolté le long de la côte de la mer du Japon toute proche, l'ego peut être séché pour être conservé. Pour le préparer, le chef fait bouillir le ego jusqu'à ce qu'il soit lisse et épais. Il le verse ensuite dans un moule. Une substance proche de la gélatine contenue dans l'algue va faire se solidifier l'ego. Une fois refroidi, il est coupé en tranches et recouvert d'une sauce à base de miso avant d'être dégusté. Nouvelle venue dans les spécialités culinaires de Hakuba, la galette. A partir d'une pâte faite de sarrasin cultivé localement, les galettes de Hakuba sont fines et garnies avec une grande variété d'ingrédients.

Un crêpier de Hakuba se concentre pendant qu'il étale la pâte sur la plaque

Paysages

Le paysage de Hakuba est dominé par les trois majestueux sommets de Shirouma, Shakushi et Hakuba-yari. Culminant respectivement à 2 933, 2 820 et 2 909 mètres d'altitude, les trois sommets forment un arrière-plan saisissant dans la vallée de Hakuba. La rivière Himekawa serpente dans la vallée, depuis sa source sur le Mont Shirouma. Le pont à suspension Oide traverse la rivière et nous emmène dans une région de maisons individuelles aux toits de chaume. Si le paysage est splendide en toute saison, le printemps offre une vue encore plus belle avec les cerisiers en fleurs qui contrastent avec les montagnes en fond.

Vue depuis les pentes : les trois sommets de Hakuba

Le pont à suspension Oide et les maisons en toit de chaume du village de Hakuba

Découverte

Randonnée sur les vallées enneigées de Hakuba Daisekkei

Rafting sur la rivière Himekawa

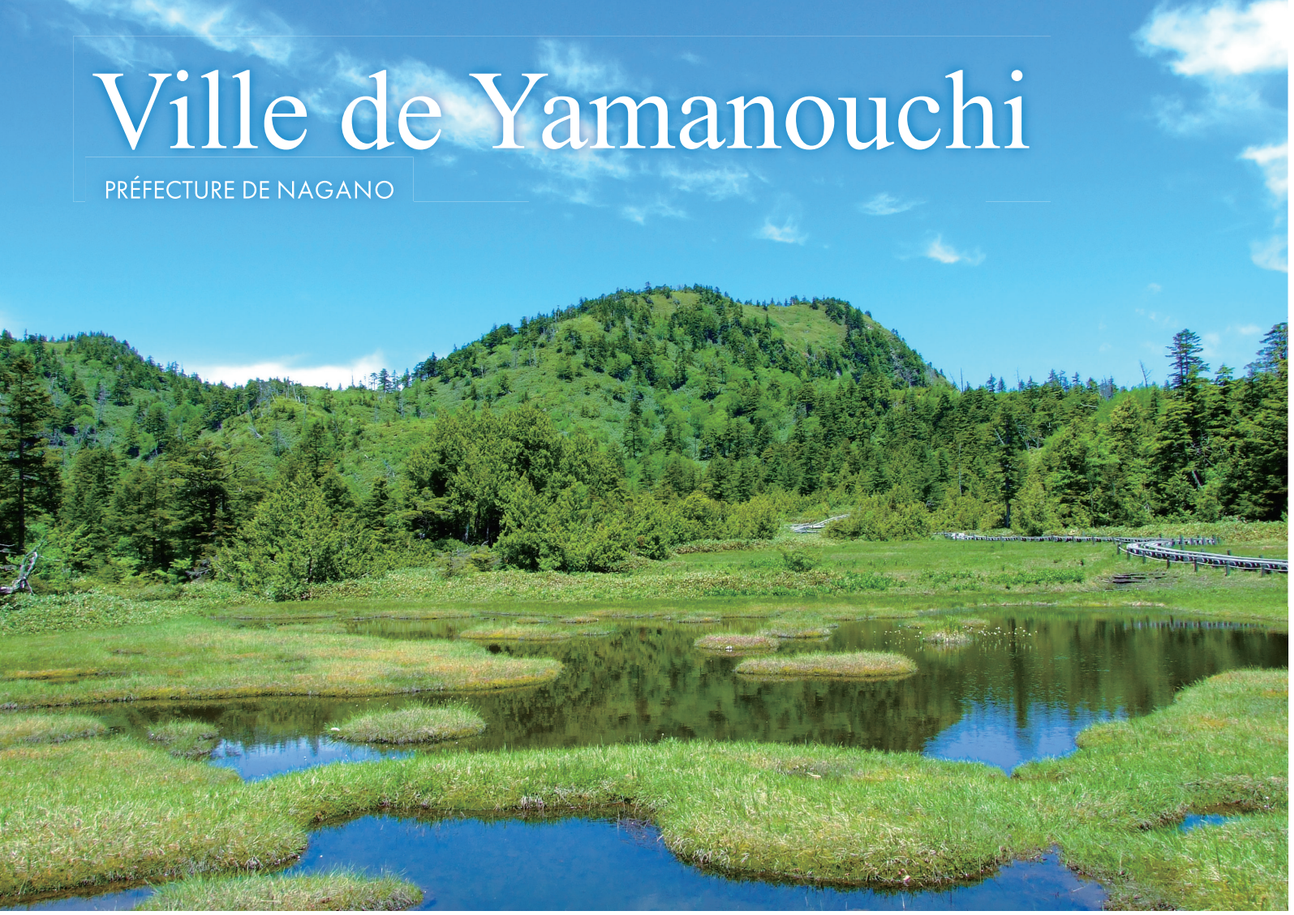
Ayant accueilli les Jeux Olympiques d'hiver en 1998, Hakuba peut se vanter d'être l'un des meilleurs endroits au monde pour les sports d'hiver. La vallée compte 200 pistes de ski et de snowboard, avec un impressionnant dénivelé et une vue à couper le souffle sur les trois sommets. Cependant, les aventures en extérieur ne se limitent pas à l'hiver. En été, les voyageurs peuvent faire du parapente, du rafting sur la rivière Himekawa, ou marcher dans les vallées enneigés de la vallée de Hakuba Daisekkei jusqu'au sommet de Shirouma. En ville, il existe d'innombrables activités culturelles : confection de nouilles soba avec les gens du cru, plantation de germe de riz et cueillette de physalis.

NOUS CONTACTER

Association touristique de la vallée d'Hakuba
URL : http://hakubavalley.jp/index_english.html

Ville de Yamanouchi

PRÉFECTURE DE NAGANO



Le Mont Shiga et ses 48 étangs (zone centrale du parc de l'UNESCO)

C’est pour ça que c’est si bon ! Une culture à l’eau pure

– Goûtez aux produits d'élevage et agricoles élevés grâce au Shiga Kogen, parc écologique de l’UNESCO –

Grâce à une terre et des conditions météorologiques favorables, la ville de Yamanouchi a developpé son arboriculture fruitière centrée sur les pommiers en utilisant l'eau pure du parc Shiga Kogen, élu parc écologique de l'UNESCO.
Les sugakawa soba sont une spécialité qui contribuent à la renommée de la région dans l'archipel de par leur rareté, car leur préparation intègre des racines de bardane.
L'élevage des bœufs de la race "Shinshu" constitue une autre particularité de la région, puisque des pommes sont inclues dans l'alimentations des bovins.

Cuisine régionale

Fruits

Les arbres fruitiers tels que les pommiers, les pêchers ou encore les vignes de Yamanouchi sont cultivés sur des pentes parfaitement exposées au soleil et aux sols bien drainés. Avec de faibles précipitations et de grandes différences de température entre le jour et la nuit, les conditions sont favorables à l'arboriculture. Grâce à l'eau provenant du parc Shiga Kogen et sa richesse en minéraux suite à la fonte des neiges, les fruits deviennent de véritables trésors régionaux.

Des pêches sucrées et juteuses

Raisins ("Shine muscat")

Cuisine régionale

Sugakawa soba aux racines de bardane

Boeufs Shinshu élevés avec des pommes et autres aliments sans additifs

Les sugakawa soba sont préparées avec 100% de farine locale et des fibres de feuilles de bardane, ce qui leur donne leur fermeté si particulière. Les bœufs de la race "Shinshu" donnent une viande marbrée au remarquable parfum grâce aux pommes inclues dans leur alimentation. Nous recommandons également les champignons tels que l'enokitake et le bunashimeji riches en nutriments et le riz de haute qualité.

Paysages

Situé au centre du parc national de Joshinetsu Kogen, Shiga Kogen est la plus grande station de ski du Japon. "Yudanaka Shibu Onsenkyo" regorge de sources d’eaux chaudes et son histoire remonte à 1 300 ans. Les traditions perdurent à Kitashiga Kogen, l'une des principales zones de fortes chutes de neige, et l’on y mange notamment des haya soba. Découvrez des activités en symbiose avec la nature, comme une visite au Snow Monkey Park devenu célèbre à l'étranger.

Vue sur les Alpes depuis le plateau de Shiga en hiver

Les singes des neiges populaires auprès des touristes étrangers

Découverte

Atelier de fabrication de soba

Cueillette de fruits

Confectionnez des soba en moulant du sarrasin local à l'aide d'un moulin en pierre, savourez le goût authentique des soba préparées avec des racines de bardane, cueillez les fruits locaux et appréciez leur goût sur place, puis découvrez l'artisanat traditionnel de la préfecture de Nagano grâce aux ateliers d’artisanat qui utilisent les bambous courbés et robustes de la région pour fabriquer de véritables chef-d’œuvres.

Circuits de visite

Commencez par visiter le célèbre Snow Monkey Park où il est possible de voir des singes se baigner dans les sources d’eaux chaudes et promenez-vous dans le Shiga Kogen élu parc écologique de l’UNESCO. Allez cueillir des fruits locaux, apprenez à faire des soba et découvrez le travail artisanal autour du bambou. Le soir venu, savourez les spécialités locales et profitez des sources chaudes dans un des 200 hébergements établis dans la région. Échappez à votre quotidien et relaxez-vous dans un havre de paix, au plus près de la nature.

Promenades réputées

Une ville thermale où l'on marche en geta sur les pavés

NOUS CONTACTER

Fédération du tourisme de Yamanouchi
URL : https://info-yamanouchi.net/english/

Région de Maze et ville de Gero

PRÉFECTURE DE GIFU

Forêts protégées attirant les poissons et eaux pures de la rivière Maze

Région de Maze et ville de Gero
Le plus délicieux et joli village du Japon

Les truites ayu de la rivière Maze sont hautement réputées comme un délice.
C'est parce que les habitants de la région ont toujours préservé leur goût.
C'est grâce à l'investissement à long terme dès les années 1940 dans les lâchers systématiques d'ayu et leur gestion, parallèlement aux activités bénévoles déployées comme les actions de nettoyage de la rivière ou le classement des forêts environnantes comme forêts protégées attirant les poissons. La région compte des habitants qui sont prêts à n'épargner aucun effort pour préserver la saveur des ayu.

Cuisine régionale

Ayu

Les ayu qui allient belle apparence et délicieux goût sont un élément incontournable de la cuisine japonaise pouvant être préparé des façons les plus diverses. Parmi elles, les ayu de la rivière de Maze ont déjà remporté le grand prix du Concours des meilleures ayu rassemblant des concurrentes depuis tout le pays et l'excellence de leur goût est donc garantie. C'est salées et grillées au feu de bois qu'elles sont tout particulièrement appréciées.

Ayu du cours supérieur de la rivière Maze

Ayu salées grillées

Cuisine régionale

Hobazushi

Plat de poisson de rivière

Dans la région de Maze, de nombreux plats vous permettront de déguster la riche culture culinaire des villages de montagne. Que ce soient les hobazushi, des sushis enveloppés dans une grande feuille de magnolia, les plats de poissons de torrent, le miso artisanal à base de moût de blé ou les tsukemono préparés avec les légumes locaux comme les navets, vous n'aurez que l'embarras du choix parmi tous ces goûts à découvrir absolument.

Paysages

Le Musée rural de Maze est une zone modèle de préservation du paysage de la région de Maze, membre de l'association à but non lucratif Les plus beaux villages du Japon. Dans la zone de Sugo ou à proximité du sanctuaire Hachiman-jinja de Sojima choisis par les habitants de la région comme les 10 plus beaux paysages de Maze, vous aurez une vue panoramique sur les forêts préservant les torrents et l'environnement de vie des poissons, les rizières, les temples ou sanctuaires, et pourrez graver dans votre cœur de magnifiques paysages ruraux.

Vue panoramique

Musée rural

Découverte

Pêche au feu sur les eaux pures de la rivière Maze

Découverte de la vie rurale

Le soir, alors que vous observerez la technique de pêche traditionnelle consistant à attirer les truites ayu dans les filets en utilisant des feux de joie ou des torches, les ayu salées grillées dégustées au cœur de cette ambiance féérique n'en seront que plus délicieuses. Les promenades au sein du Musée rural en admirant les beaux paysages seront également l'occasion de chaleureuses conversations avec les habitants de la région.

Circuits de visite

Pour vous rendre à la région de Maze, il vous faudra environ 1 h de train depuis la ville de Takayama via la ligne JR Takayama jusqu'à la gare de Gero (Gero Onsen), puis environ 30 min de voiture, ou bien environ 1 h de voiture depuis le bourg de Hachiman de la ville de Gujo. Vous pourrez faire étape en chemin et profiter de la région de Maze sur un voyage d'une journée ou avec hébergement (hôtel ou auberge avec bains thermaux).

Structure de bains thermaux

Rivière Maze aux eaux pures

NOUS CONTACTER

Comité de création du parc naturel de la région de Maze
URL : https://maze-park.or.jp/

Contreforts du mont Fuji - Péninsule d'Izu

PRÉFECTURE DE SHIZUOKA

Vue sur le mont Fuji depuis le port de Heda

Un sentier culinaire mêlant une terre prospère et des eaux pures

La péninsule d'Izu et les contreforts du mont Fuji est une région qui possède une riche gastronomie grâce à ses terres favorables et ses eaux pures qui lui permettent de renforcer les saveurs de ses spécialités telles que ses soba (nouilles de sarrasin) dans ses montagnes, de ses sushis et sashimis sur son littoral, ainsi que de ses wasabis cultivés dans l'eau selon la tradition depuis l'époque d'Edo.
La région dispose de nombreux atouts tels que sa grande variété de produits issus de l'agriculture, des forêts et de la pêche ainsi que les plats locaux qui les utilisent, ses sources thermales historiques, ses emblématiques sites associés à de grandes figures de la littérature et ses paysages connus pour ses fleurs de cerisiers.

Cuisine régionale

Wasabi-don/Wasabi

Le wasabi, un élément essentiel de la cuisine japonaise, est cultivé dans des champs en terrasse baignant dans l'eau pure de la région dont les bienfaits garantissent des produits de haute qualité. Dégustez un wasabi-don (un bol de riz au wasabi), un plat local très apprécié depuis l'époque d'Edo, qui permet de profiter pleinement de l'arôme et du piquant surprenants du wasabi fraîchement gratté.

Wasabi-don

Wasabis dans l'eau

Cuisine régionale

Béryx long

Ormeaux

Grâce à son relief et son climat très variés, la région regorge de denrées possédant une Indication Géographique (IG) telles que les mandarines Jutarô, les Mishima Bareisho (pommes de terre) de Nishiura dans la ville de Numazu et le shirasu de Tagonoura dans la baie de Suruga, mais est aussi connue pour le thé de Fuji et ses produits de la mer tels que le béryx long d'Izu et les truites arc-en-ciel de Fujinomiya. La région propose une cuisine variée notamment avec les wasabis marinés, les mizukakena marinés et les Mishima korokke.

Paysages

Dans la ville de Fuji, Obuchi Sasaba constitue l'un des panoramas les plus célèbres du Japon avec sa vue sur le mont Fuji et les plantations de thé. Le paysage qu'offrent ces plantations est resté inchangé depuis l'époque de Katsushika Hokusai. La péninsule d'Izu appartient au réseau mondial des Géoparcs soutenu par l'UNESCO avec ses nombreuses traces d'activité volcanique et ses paysages spectaculaires sculptés par la terre elle-même tels que la côte de Jôgasaki, Koganezaki et le mont Omuro.

Vue sur les plantations de thé d'Obuchi Sasaba

Le mont Omuro

Découverte

Activités agricoles

Sources thermales

Contemplez des paysages façonnés par les quatre saisons et participez à des activités agricoles traditionnelles pour découvrir la cuisine au kamado (réchaud traditionnel) dans une maison d'hôtes ou la vie à la ferme dans une exploitation laitière. Hormis les nombreuses sources chaudes parsemées à travers la région, plusieurs activités sont disponibles pour découvrir la nature comme des randonnées à vélo ou de la plongée sous-marine.

Circuits de visite

Commencez par visiter « Georia », le musée du Géoparc de la péninsule d'Izu, puis les géosites tels que la rivière Genbe-gawa et la cascade Jôren-no-taki, puis visitez les champs de wasabi cultivés selon le style « Tatami-ishi » afin de comprendre le lien entre les richesses alimentaires et les origines de la péninsule. Profitez du sanctuaire Fujisan Hongû Sengen Taisha et des eaux de source présentes au pied du mont Fuji, afin de découvrir ce dernier sous un nouveau jour.

La rivière Genbe-gawa

Sanctuaire Fujisan Hongû Sengen Taisha

NOUS CONTACTER

Conseil de promotion des attraits culinaires dans les contreforts du mont Fuji et la péninsule d'Izu

URL : https://www-pref-shizuoka-jp.translate.goog/sangyoshigoto/nogyo/1040855/1057086.html?_x_tr_sl=ja&_x_tr_tl=en&_x_tr_hl=ja&_x_tr_pto=wapp

Région de Hamamatsu et du lac Hamana

PRÉFECTURE DE SHIZUOKA

Bateaux de pêche à shirasu partant dans la brume matinale (port de Maisaka)

Palette des quatre saisons Profitez de Hamamatsu et du lac Hamana par la cuisine et les fermes

– Eventail culinaire et d'activités du lac Hamana en plein milieu du Japon –

Le lac de la mer Hamana, situé quasiment au centre du Japon, s'est transformé il y a plus de 500 ans en un lac saumâtre lorsque l'eau de la mer s'est mélangée à l'eau douce suite à un séisme. Depuis longtemps, anguilles (unagi), Trionyx de Chine (suppon), algues comestibles et huîtres y sont abondamment cultivées. Aussi connue comme une ville de table, la région de Hamamatsu et du lac Hamana fait découvrir des techniques de pêche originales et vous offre des produits de la mer tout frais.

Cuisine régionale

Anguille

Hamamatsu et le lac Hamana jouissent d'une histoire de plus d'un siècle comme lieu de naissance de la culture d'anguille et de Trionyx de Chine, et possèdent plus de 100 établissements spécialisés. Avec leur situation juste entre le Kansai et le Kanto, on y prend plaisir à la saveur et à la culture des unagi-kabayaki qui réunit les découpes à partir du ventre (façon Kansai) et du dos (façon Kanto).

Anguilles tirées du lac Hamana

Bassin de culture d'anguilles

Unagi no kabayaki

Cuisine régionale

Crabes Domans

Shirasu frais (blanchaille)

Que soit en premier lieu pour l'incroyable crabe Doman ou les poissons tels le shirasu (blanchaille) et le fugu tirés de la mer ouverte d'Enshu, c'est leur fraîcheur qui séduit avant tout. Visiter Hamamatsu et le lac Hamana, c'est pouvoir goûter à des produits frais de la mer dans une grande variété de préparations.

Paysages

On trouve parmi les Huit vues de Toto-umi, sujets tant de la poésie traditionnelle tanka ou haïku ainsi que de l'ukiyo-e, celle de Benten no Sekisho. Depuis l'unique téléphérique du Japon à traverser un lac s'étend le paysage du lac Hamana et du bourg du Kanzanji Onsen ravissant le cœur des visiteurs.

Benten no Sekisho des Huit vues de Toto-umi

Téléphérique Kanzanji

Découverte

Crabes et crevettes tout frais

Méthode de pêche traditionnelle Takiya

Adultes comme enfants peuvent expérimenter la pêche traditionnelle Takiya, lors de laquelle le capitaine progresse habilement sur les eaux sombres de lac Hamana, avant que l'on éclaire leur surface où se s'agglutinent crevettes et crabes qui seront pêchés au filet ou au harpon. C'est un luxe sans pareil que, une fois la pêche achevée, déguster ces produits de la mer préparés à la façon des pêcheurs sur un bateau Takiya-tei flottant sur le lac.

Circuits de visite

Louez un vélo aux gares JR de Hamamatsu, Bentenjima ou Araimachi et faites le tour de la Route cyclable du lac Hamana pour en découvrir les charmes. Profitez pleinement des paysages de Hamamatsu et du lac Hamana avec leur nature et zones urbaines tout en sentant passer sur vous l'air rafraîchissant du lac de la mer, avant une cuisine d'une fraîcheur absolue.

Route cyclable du lac Hamana

Des mikan Mikkabi, symboles de la préfecture de Shizuoka

NOUS CONTACTER

Conseil du projet Cuisine× Ferme de la Région de Hamamatsu et du lac Hamana
URL : http://hamamatsu-daisuki.net/lan/en/enjoy/gourmet.html

Région de Ôi-gawa

PRÉFECTURE DE SHIZUOKA

Locomotive à vapeur de la ligne Ôi-gawa traversant un champ de thé

Thé alimenté par la rivière Ôi-gawa : un voyage au cœur de son histoire

La région du bassin de la rivière Ôi-gawa est d'une importance historique dans la production de thé. Les usines de thé y sont nombreuses et plusieurs thés non raffinés (aracha) se caractérisent par leur « umami », « astringence », « parfum » ou encore « couleur » bien différents et variant selon leur méthode de fabrication et conditions de culture. La transformation du thé japonais de haute qualité se termine par une « combustion » (torréfaction) réalisée par des experts, appelés « chashi », du « Gogumi » (un mélange original), et vous pouvez choisir différents goûts selon l'ambiance et l'humeur.

Cuisine régionale

Le thé

Le thé est indispensable pour bien recevoir, mais aussi dans la vie quotidienne. La saveur du thé améliore l'humeur et réhausse le goût des repas. La série d'actions qu'implique la préparation du thé telles que le refroidissement, l'infusion et le versement de l'eau chaude apaise l'esprit et constitue un élément important de l'effet curatif du thé.

Thé vert et pâtisseries japonaises, clés de l'hospitalité

La « plantation de thé céleste » cultivée à plus de 500 m d'altitude

Cuisine régionale

Sushi de thon rouge du Sud de Yaizu

Saké du bassin de la rivière Ôi-gawa

Le port de Yaizu, qui fait face à la baie de Suruga où se déverse la rivière Ôi-gawa, est un lieu de prédilection pour la pêche du thon rouge du Sud de Yaizu, appelé « diamant rouge » en raison du raffinement de sa graisse, de la douceur de son goût et de sa couleur éclatante. Ce dernier peut être dégusté de diverses manières, que ce soit en flocons de bonite (qui sont offerts en cadeau à la maison impériale), en sashimi ou en tataki. Vous pourrez accompagner ces spécialités culinaires avec le saké local, très apprécié à l'étranger, et préparé avec du riz de brasserie et les eaux souterraines du bassin de l'Ôi-gawa découlant des Alpes du Sud.

Paysages

Dans les parties supérieure et centrale du bassin, une locomotive à vapeur circule sur la ligne de chemin de fer de l'Ôi-gawa entre les plantations de thé vert et la splendide rivière. À Kawanehon, il y a une plantation de thé située à plus de 500 m d'altitude que l'on surnomme « plantation de thé céleste » et qui offre une vue magique sur tout un panorama embrumé. La gare d'Okuôikojô, qui a remporté le prix « Cool Japan » d'Okuôi, et le pont suspendu des rêves des gorges de Sumata sont des endroits touristiques incontournables.

La gare d'Okuôikojô ayant remporté le prix « Cool Japan 2019 »

Le superbe « pont suspendu des rêves » flottant au-dessus d'un lac aux reflets émeraude

Découverte

Une expérience de thé unique dans le bassin de l'Ôi-gawa

Vous pouvez vivre différentes expériences dans un « salon de thé » (offrant une superbe vue sur les plantations de thé) : la dégustation de différents thés, la découverte d'un thé vert de haute qualité (gyokuro) / matcha dans un jardin japonais, la visite d'une plantation de thé, le séchage du thé à la main, la cueillette du thé (dans la peau d'une « cha-musume ») et la visite d'une usine de thé. D'autres activités vous permettront de profiter de la superbe rivière Ôi-gawa, telles qu'une sortie en kayak ou en parapente offrant une vue sur le Mont Fuji.

Un salon de thé où vous pourrez déguster du thé tout en profitant d'une vue unique

Sortie kayak pour pleinement profiter de la nature d'Okuôi

Circuits de visite

Depuis l'aéroport de Shizuoka, rendez-vous au marché expérimental « KADODE OOIGAWA », prenez le train avec la ligne ferroviaire Ôi-gawa jusqu'à Okuôi, puis détendez-vous dans les sources chaudes en profitant d'une vue spectaculaire sur les fleurs de cerisier au printemps ou les feuilles d'érables en automne. De nombreuses activités liées au thé sont proposées dans la région. Pour les repas, nous vous recommandons les spécialités de la baie de Suruga comme le thon, le shirasu et les crevettes Sakura depuis le port de pêche de Yaizu.

Dégustation et comparaison de 16 sortes de thê à KADODE OOIGAWA

Crevettes Sakura fraîchement pêchées dans la baie de Suruga

NOUS CONTACTER

Conseil de promotion des séjours agricoles près de la rivière Ôi-gawa

URL : https://ooigawa-experience.jp/

Ville de Tahara

PRÉFECTURE DE AICHI

Vue d'un port de la péninsule d'Atsumi

Un amour pour les coquillages qui dure depuis plus de 3000 ans. Venez en déguster à Atsumi, la plus grande péninsule aux coquillages du Japon.

C'est dans la ville de Tahara, sur la péninsule d'Atsumi, qu'ont été menées les premières fouilles dirigées par l'État, conformément à la Loi sur la protection du patrimoine culturel, et qui ont révélé l'existence de nombreux amas de coquillages tels que ceux de Yoshigo, d'Ikawazu ou de Hobi.
Ses habitants ont toujours consommé beaucoup de coquillages, et ce, depuis la fin de la période Jômon (il y a environ 3000 ans).
C'est une région à l'agriculture développée comparé à l'ensemble du pays. En effet, elle tient fièrement la 3e place au classement préfectoral pour son industrie de la pêche grâce à ses nombreuses prises, et elle est classée 2e du pays en termes de production agricole, et ce, depuis 2 années consécutives.

Cuisine régionale

Les palourdes « asari »

À Atsumi, jusqu'à l'ère Shôwa, les mères japonaises décortiquaient et coupaient une par une les asari locales les veilles de jours de fête.
Elles sont cuites dans une préparation sucrée et épicée, puis placées sur du riz vinaigré pour faire des « asari-no-oshizushi ». Les jours de fête, et notamment pendant les rassemblements sportifs scolaires, les mères japonaises en apportent toujours des faits maison, car ces sushis sont considérés comme les « délices d'Astumi ».

Des palourdes asari

« Asari-no-oshizushi »

Cuisine régionale

Melon de la péninsule d'Atsumi

Menu du jour avec de grosses asari frites

La péninsule d'Atsumi est très fière de partager sa cuisine de la mer avec ses visiteurs, au travers de mets préparés avec divers fruits de mer et coquillages, pêchés quotidiennement en abondance avec l'aide des magasins locaux, tels que les « asari-no-oshizushi ». La région propose aussi des fruits et légumes locaux de très bonne qualité tels que les melons, caractérisés par leur goût très sucré.

Paysages

La ville de Tahara est située sur la péninsule la plus au sud de la préfecture d'Aichi, et est entourée de trois côtés par la mer. Elle est également appelée « printemps éternel » en raison de sa nature abondante, de ses longues heures d'ensoleillement et de son climat constamment chaud. Avec ses belles vagues, la côte pacifique attire plusieurs spots de surf et offre des paysages pittoresques tels que le phare du cap Irago et les portes en pierre sur l'aurore « Hi-no-sekimon ».

Le phare du cap Irago

Spot de surf

Découverte

En 2021, la véloroute longeant le littoral pacifique a été reconnue comme une véloroute nationale et constitue l'un des itinéraires touristiques permettant de découvrir le patrimoine japonais. La région participe donc à la promotion du tourisme à vélo, notamment avec son tronçon romantique à travers les champs de colzas. L'association « Tahara-meguri-na » propose de nombreux programmes pour participer à diverses activités touristiques autour des fleurs, de l'agriculture et de la nature.

Véloroute longeant le littoral pacifique

Champ de colzas

Circuits de visite

Des programmes d'activités adaptés à chacun sont proposés à la gare de Tahara appelée « Tahara Mekkun House » avec notamment un circuit comprenant la visite des amas de coquillages de Yoshigo, un repas à la gare, puis la découverte de la culture des chrysanthèmes sous lumière artificielle. Des activités agricoles, des visites de stations piscicoles et la découverte de la station thermale la plus récente du Japon font notamment partie des services proposés. Qu'il s'agisse d'excursions d'une journée ou de séjours plus longs, les activités sont adaptées en fonction des visiteurs et de leur voyage pour que celui-ci soit le plus enrichissant possible.

Musée des coquillages de Yoshigo

Culture des chrysanthèmes sous lumière artificielle

NOUS CONTACTER

Centre d'information touristique de Tahara Co., Ltd.
URL : https://www.taharatrip.com/

Ville de Minamichita

PRÉFECTURE DE AICHI

Drapeau de pêche flottant dans le port de Shinojima

Une île aux engagements millénaires au départ d'un voyage au cœur d'une péninsule

La péninsule de Chita avec sa mer, ses îles et ses villages où se retrouvent festivals et nourriture locale.

La dorade de Shinojima

La dorade rouge de Shinojima est si délicieuse qu'elle est séchée et salée pour être servie en offrande aux déités du sanctuaire d'Ise depuis des millénaires.

Il est dit que c'est la princesse Yamato Hime no Mikoto à l'origine de la construction du sanctuaire d'Ise, qui aurait exigé des dorades lors de sa visite. Depuis lors, la salaison et la préparation des dorades se font sur l'île de Nakate située sur le territoire du sanctuaire d'Ise où les traditions perdurent en traversant les âges.

Cuisine régionale Cuisine de la dorade

La dorade de Shinojima, soigneusement préparée et servie en offrande au sanctuaire d'Ise depuis des millénaires, serait un mets merveilleux au goût prononcé et doux à la fois. De nombreuses spécialités culinaires telles que les sashimis, les poissons grillés au sel, les croûtes de sel, les bouillons, les dorades ou encore les poissons séchés font partie du charme de Minamichita et diverses célébrations y rythment la vie.

Dorade de Shiogama

Dorade cuite à la vapeur avec du riz dans un plat en argile

Cuisine régionale

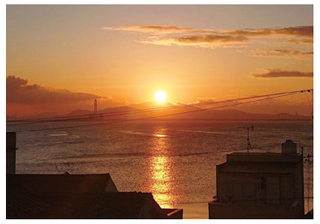
Shirasu frais

Plat de poulpe de Himakajima

Avec une pêche régulière et une technique de traitement maîtrisée, le marché du shirasu est si fructueux qu'il est possible d'approvisionner les régions les plus éloignées. Sur l'île d'Himakajima, partez en ville à la recherche de petites pieuvres ! L'île est surnommée "L'île aux poulpes" (takoshima), mais également "L'île de la fortune" (il s'agit d'un jeu de mot en japonais, puisque tako signifie "poulpe" et takô désigne "la bonne fortune").

Paysages

Assistez au spectacle de l'émergence du soleil et de sa disparition dans la mer depuis la fenêtre de l'un des plus de 150 hébergements présents le long du bord de mer de Shinojima, Himakajima et de la péninsule.Chaque année en décembre, vous pouvez profiter de la pleine floraison des tournesols.Explorez Chita, Shikoku, Shinojima, Himakajima et l'ensemble de la péninsule en faisant le pèlerinage des 88 sites sacrés. Ce circuit populaire vous fera visiter plusieurs sites sacrés dans un périple exceptionnel à travers la mer.


La lumière s'élevant depuis la mer

Champ de tournesol en hiver

Découverte

Atelier de fabrication de poulpe séché

Festival de la dorade

De nombreuses activités sont liées à la nature telles que les randonnées, la pêche, la récolte de fruits et légumes ou encore la préparation des produits de la mer. Ces dernières rappellent l'importance de la nature et du respect qui lui est dû. S'intéresser et participer aux nombreux festivals locaux célébrant la pêche et l'agriculture est un très bon moyen pour contribuer à la transmission et à la pérennisation des traditions, de la culture et de l'histoire de la région.

Circuits de visite

Embarquez à bord d'un bateau à grande vitesse depuis le port de Morozaki en direction de Shinojima. Après avoir découvert le caractère unique des traditions, de l'histoire et de la culture japonaise à travers la dorade de Shinojima, partez pour l'île de Himakajima et dégustez des spécialités comme le fugu, le poulpe ou encore les shirasu. Il est recommandé de passer une nuit dans la partie de la péninsule riche en sources chaudes avant de retourner à l'aéroport.

Dorade servie avec des œufs

Il y a de nombreuses sources chaudes sur la péninsule

NOUS CONTACTER

Association touristique de Minami Chita

URL : http://minamichita-kk.com/en/

Ville de Taiki

PRÉFECTURE DE MIE

Les eaux claires de la rivière Miya-gawa et son affluent Ôchiyama-gawa

L’eau la plus claire du Japon
Le « Bœuf spécial de Matsusaka » élevé à Okuise
- Le seul endroit où se déguste le meilleur -

Taiki est une ville située dans le bassin de la rivière Miya-gawa, désignée comme étant « la rivière ayant la meilleure qualité d'eau » par le Ministère du Territoire, des Infrastructures, des Transports et du Tourisme, et qui constitue un lieu d’élevage du bœuf de Matsusaka, un prestigieux bœuf japonais.
Seulement 4% des bœufs de Matsusaka sont élevés à Taiki, mais la ville a pourtant remporté pendant trois années consécutives le premier prix d'excellence de la foire aux bovins de Matsusaka, un concours spécialement conçu pour ce bœuf, et dominé les premières places.
La ville abrite de nombreux « maîtres vachers » qui élèvent leur bétail avec des techniques bien gardées.

Cuisine régionale

Bœuf de Matsusaka

Le bœuf spécial de Matsusaka se limite aux génisses qui proviennent de veaux de la préfecture de Hyôgo engraissés pendant au moins 900 jours. Considérée comme une œuvre d’art, sa viande grasse se caractérise par une texture fondante grâce à son point de fusion extrêmement bas. Les « sukiyaki d’abats de bœuf de Matsusaka » sont une spécialité locale qui ne peut être dégustée qu’en cet endroit.Il faut donc y aller pour y goûter !

Sukiyaki aux abats de bœuf de Matsusaka

Sukiyaki de bœuf spécial de Matsusaka

Cuisine régionale

Support en paille

Sashimi d’ayu

Dans le bassin de la rivière Miya-gawa, on retrouve l’ayu depuis les temps anciens dans les bouillons de soupes et dans les garde-manger (dû à sa grande conservation). Ce dernier est grillé, piqué dans un « hode » en paille et suspendu sous les toits pour être séché. Il est aussi utilisé dans divers plats régionaux tels que les « sekoshi » (sashimis servis sur des glaçons), le « shioyaki » (ayu grillé avec du sel), les « otsukuri » (sashimis), les « sugatazushi » (ayu entier présenté sur du riz vinaigré) ou encore le « kamameshi » (riz cuit dans une marmite).

Paysages

La rivière Miya-gawa et ses affluents coulent partout dans les villes alentour, et à Taiki, où l'eau est particulièrement belle, vivent de nombreux poissons d’eau douce, anguilles, crabes à mitaines et espèces en voie de disparition. Le paysage depuis la promenade le long des gorges est spectaculaire, et vous pouvez ressentir l’aura mystérieuse de la nature en regardant le flux du ruisseau se précipiter à travers les énormes rochers de cette vallée verdoyante.

Ôchiyama-gawa

Gorges d'Ôtaki

Découverte

Cuisson du riz dans un fourneau

Pêche de l’ayu au bâton

Les activités autour du sukiyaki de bœuf de Matsusaka sont liées à l’agroalimentaire telles que la récolte de légumes et de champignons cultivés avec l'eau pure de la rivière Miya-gawa, la préparation d’un riz biologique maison dans une marmite traditionnelle et la confection de sukiyaki de bœuf de Matsusaka, tandis que les activités autour de l’ayu sont liées à la gastronomie et à la pêche traditionnelle, vous permettant de découvrir la « pêche shakuri » dans la rivière Miya-gawa et de préparer vous-même l’ayu que vous aurez pêché.

Circuits de visite

La ville de Taiki est située sur la route de pèlerinage « Kumano Kodô Iseji » reliant le sanctuaire d'Ise-jingu et Kumano-sanzan (les trois montagnes de Kumano). Elle propose donc un voyage gastronomique pour aider les voyageurs à se remettre de la fatigue après leur visite d'Ise-jingu. Visitez le sanctuaire auxiliaire de Takiharanomiya-jingu et le sanctuaire d'Ise-jingu, considéré comme le cœur spirituel du peuple japonais, profitez de moments de détente pour vous ressourcer, découvrez la vie à l'ancienne et la cuisine traditionnelle, et échangez en interagissant avec les gens dans les maisons d'hôtes disséminées près de la mer, de la rivière ou des montagnes.

Sanctuaire de Takiharanomiya-jingu

Entrée du sentier de « Kumano Kodô Tsuzuratoge »

NOUS CONTACTER

Conseil de la ville de Taiki pour le développement régional
URL : http://taiki-okuise.jp/language/en/

Région nord de la préfecture de Kyoto

PRÉFECTURE DE KYOTO

La ville de Kyotango et ses étendues de champs et de mer azurée

La Kyoto marine – Source du manger

– Un royaume de la table enfanté par la mer, la campagne et la montagne–

La région de la Kyoto marine dans le nord de la préfecture de Kyoto est depuis l'antiquité
la porte d'entrée de la culture venant du continent et a fourni en quantité des ressources alimentaires et humaines à l'ancienne capitale.
En tant que terre natale de la divinité Toyouke no ookami régnant sur la nourriture,
elle nous transmet de nombreux mythes et légendes sur l'origine de ce que nous mangeons,
comme sur le lieu de naissance de la culture du riz.
De nos jours, les aliments riches et variés et la culture culinaire nés de la mer,
de la campagne et de la montagne perdurent dans l'existence des habitants.

Cuisine régionale

Tango barazushi

Le Tango barazushi recouvert de fines tranches de maquereau est servi lors des jours festifs comme un matsuri. C'est un plat local de style particulier, consommé avec la parenté ou la famille proche, pour lequel on dispose les sushis dans une boîte en bois peu profonde appelée matsubuta, partagé ensuite avec une spatule de bois.

Atelier de préparation de Tango barazushi

L'utilisation de fines tranches de maquereau est caractéristique

Cuisine régionale

Heshiko, un plat local

Burishabu

Le plat local heshiko à base de maquereau et chinchard en saumure de son de riz est consommé depuis autrefois en tant que nourriture pouvant se conserver. La région est aussi le berceau du burishabu, yakigani ou encore du nikujag. Au fil des quatre saisons, la table de cette Kyoto marine aux ingrédients abondants et variés ne cesse de nous charmer.

Paysages

Découvrez Amanohashidate appartenant aux trois plus grands paysages du Japon et le Groupement de maisons avec hangar à bateau d'Ine retenu parmi les plus beaux villages du Japon. Vous trouverez encore d'autres paysages et panoramas dans lesquels cohabitent la nature et les hommes, dont le Groupement d'entrepôts en briques rouges de Maizuru et la Route Chirimen avec ses rues fusionnant Japon et Occident.

Amanohashidate vu depuis le funiculaire du parc Kasamatsu

Groupement de maisons avec hangar à bateau d'Ine

Découverte

Atelier de nigiri-zushi aussi populaire auprès des étrangers

Participez aux travaux des champs

Les activités permettant de profiter de la culture culinaire sont nombreuses avec notamment la préparation de Tango barazushi pour se familiariser avec une recette locale, ou les pichi-pichi nigiri-zushi avec du poisson frais. De plus, une panoplie d'autres activités pour profiter pleinement des attraits de la mer, de la campagne et de la montagne sont à essayer, telles la pêche sur des sites connus des pêcheurs seuls, le kayak de mer ou encore la participation aux travaux agricoles.

Circuits de visite

Que diriez-vous de faire le tour de douze brasseries de saké et domaines viticoles qui cherchent à créer des breuvages d'avant-garde tout en s'inspirant des traditions du territoire de la Kyoto marine? Le temps que vous passerez en partageant un verre avec les producteurs et en dégustant divers sakés et vins de la région fera de votre voyage l'occasion de tirer le meilleur de la source du manger.

Choix de sakés locaux pleins de caractère

Portes ouvertes du début d'année dans une brasserie de saké

NOUS CONTACTER

Kyoto marine
URL : http://www.kyotobythesea.com

Forêt de Kyoto

PRÉFECTURE DE KYOTO

Les toits de chaume du village de Miyama sont aspergés d'eau afin de les protéger du feu

Cuisine traditionnelle dans un environnement naturel, une façon de préserver l'authenticité de la vieille capitale

La region a pendant longtemps fourni une abondance de produits agricoles afin de satisfaire aux besoins culinaires de la capitale impériale. Le riz, les variétés locales de marron et de azuki (haricots rouges), ainsi que les nombreux légumes utilisés dans la cuisine traditionnelle de Kyoto, poussent tous dans le doux climat du nord de la ville. Le poisson ayu, pêché dans les rivières locales, est une autre spécialité de la région. Les étapes de production de l'agriculture traditionnelle sont fortement liées aux festivals locaux. La culture culinaire de cette région est inséparable de son histoire.

Cuisine régionale

Kashiwa Sukiyaki

A noter parmi les spécialités culinaires de la région, une variété de sukiyaki (râgout) qui utilise, plutôt que le bœuf, le « kashiwa », un poulet élevé en liberté et localement, connu par ailleurs sous le nom de « jidori ». Autrefois, chaque ménage possédait un certain nombre de poulets. Les visiteurs se voyaient ainsi offrir un kashiwa sukiyaki comme marque d'hospitalité. En plus du poulet, le plat comprend beaucoup de légumes de saison produits dans la région : pousses de bambous et udo (semblable au ginseng) au printemps, champignons matsutake, ciboule kujo et mizuna (une herbe) en automne.

Les légumes utilisés à profusion dans la cuisine traditionnelle de Kyoto

Les ingrédients du « kashiwa » sukiyaki prêts à être cuisinés

Cuisine régionale

Un assortiment simple mais plein de saveurs d'okobiru

L'okowa, fait à partir de mochi, de haricots azuki et de marrons

La diversité des produits est à l'origine d'une grande tradition culinaire. Chaque plat est une subtile combinaison d'éléments individuels. Les plats à base de ayu (poisson) sont aussi réputés pour leurs préparations aux mélanges inspirés, créés à partir de plantes sauvages de montagne: l'itadori (renouée du Japon), le sansho (poivre japonais), et le zenmai (fougère royale). La région est aussi connue pour une friandise unique : le tochimochi, un mochi cuit vapeur et mélangé aux marrons Tanba et fourré d'une pâte de haricot rouge granuleuse, le anko. Le tochimochi serait mangé au Japon depuis des milliers d'années.

Paysages

A l'intérieur du Kyoto Tamba Kogen Quasi-National Park se trouvent deux sites aux paysages pittoresques : la forêt primitive de Ashiu et les villages aux toits de chaume de Miyama. Le Mont Oeyama, depuis lequel les visiteurs peuvent s'émerveiller devant une mer de brume et de nuages, abrite également les anciens sanctuaires de Moto-Ise Sansha, où se tenait l'ancien sanctuaire de Ise. Le onsen Yunohana, un lieu de retraite préféré de l'aristocratie de Kyoto, dans la ville de Kameoka a de tout temps permis aux voyageurs fatigués de se délasser. Le train touristique de Sagano Scenic Railway et le bâteau de Hozugawa Riverboat Ride mènent leurs passagers à travers des vallées montagneuses isolées, avec des vues splendides sur la nature environnante.

Promenade à travers la forêt primitive de Ashiu

Le Mont Oeyama:
une vue époustouflante sur une mer de nuages

Découverte

Confection de sushi à Hekitei, residence de samouraï

Le Sagano Scenic Railway et la croisière sur la rivière Hozu: Hozugawa Riverboat Ride

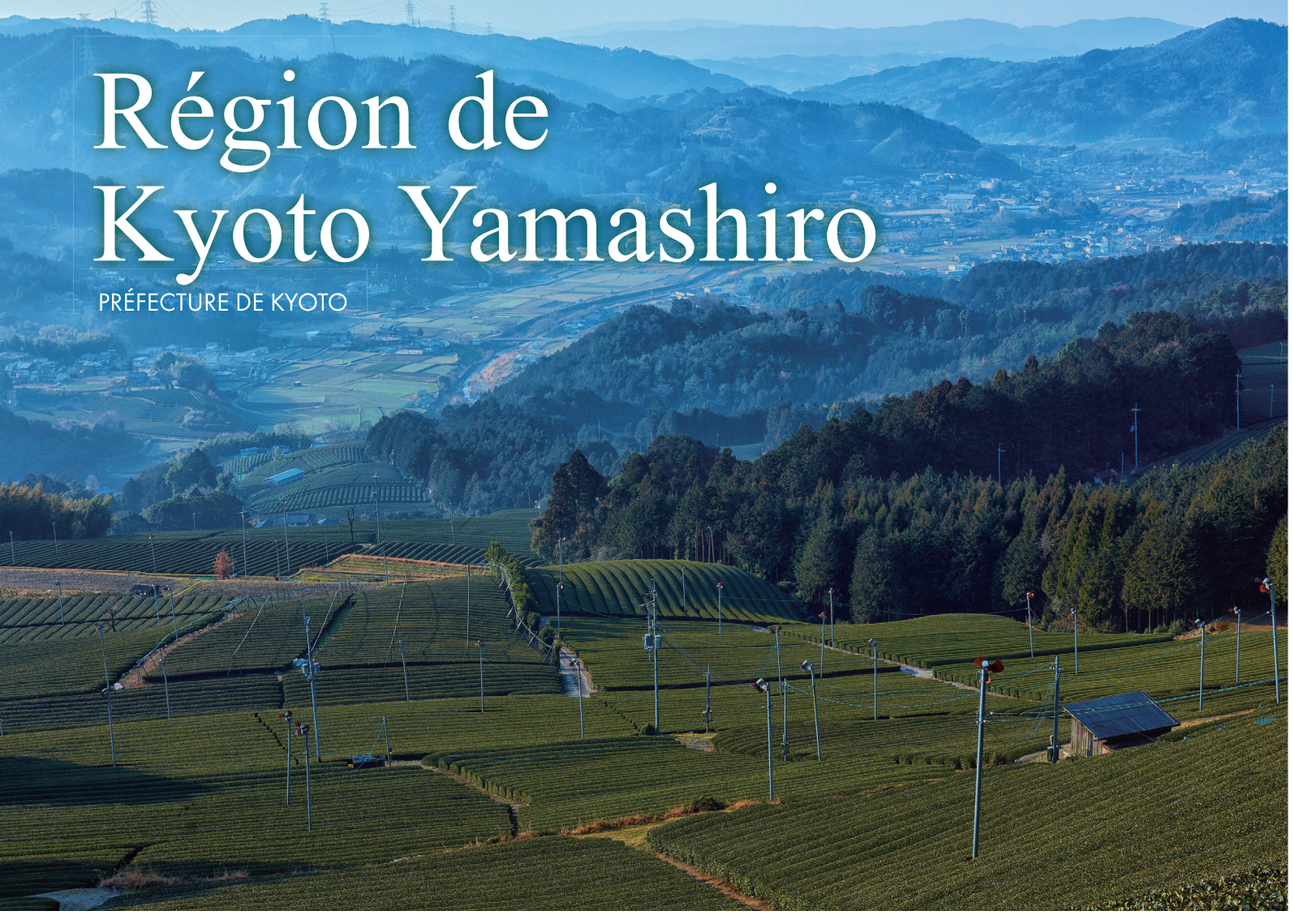
Les visiteurs y trouveront de nombreuses activités culinaires interactives. A Hekitei, une résidence historique de samouraï à Kameoka, ils pouront fabriquer un sushi roulé à la main. Au Ayu Garden, on peut acheter des ayu de la rivière Wachigawa (loués par le gastronome Kitaoji Rosanjin) pour un barbecue d'été. Pour ceux en quête de panoramas, la croisière Hozugawa Riverboat Ride suit un parcours en eau vive le long du ravin Hozugawa. En service depuis 1881, les bateaux descendant la rivière Hozugawa ont transporté d'innombrables touristes ainsi que les membres de familles royales étrangères. Pendant deux heures, les membres de l'équipage racontent avec humour l'histoire de la région et la vie en bordure de la rivière.

NOUS CONTACTER

Forêt de Kyoto
URL : https://morinokyoto.jp/

Région de Kyoto Yamashiro

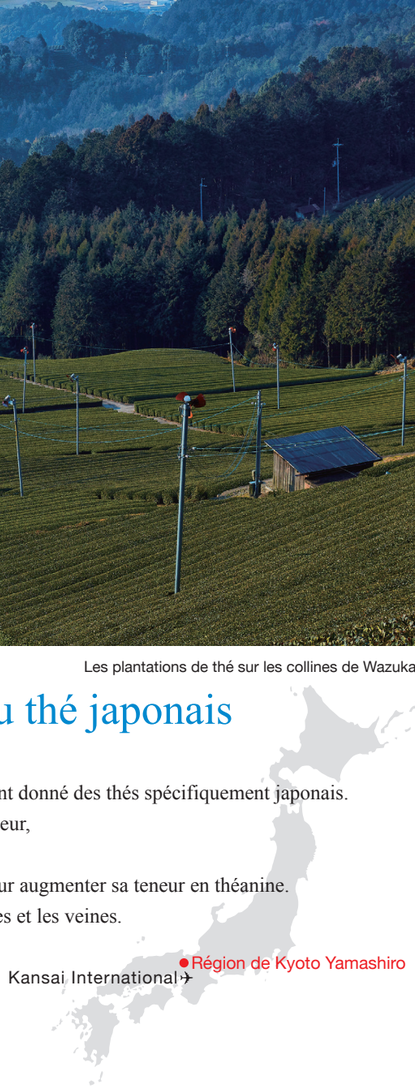
PRÉFECTURE DE KYOTO



Les plantations de thé sur les collines de Wazuka

La région du thé de Kyoto : le berceau du thé japonais

La culture du thé est arrivée à Uji depuis la Chine quelques 800 ans auparavant.
Agriculteurs et distributeurs de la région ont développé leurs propres méthodes, qui ont donné des thés spécifiquement japonais.
Ces variétés comportent le sencha (thé vert), fait de feuilles pétries et passées à la vapeur,
le gyokuro (thé vert supérieur), et le matcha (thé vert en poudre).
Gyokuro comme matcha proviennent du bourgeon de feuille, cultivé dans l'ombre pour augmenter sa teneur en théanine.
Avant de broyer les feuilles du matcha contre une meule en pierre, on en retire les tiges et les veines.
Ces techniques se sont étendues à tout le Japon,
mais la culture du thé est à Uji comme à ses débuts.



Cuisine régionale

Les trois variétés de thé de Uji

Sencha Uji – thé vert avec un arôme frais et une âpreté raffinée ; le plus largement consommé
Gyokuro Uji — un thé vert de la plus haute qualité ; fortement aromatique avec une saveur qui a du corps
Matcha Uji — un thé vert moulu en fine poudre sur une pierre ; parfumé et au goût riche, sans amertume

Un sencha parfumé
et élégamment présenté

Le matcha Uji est battu en une mousse légère avant d'être servi

Cuisine régionale

Un repas comprenant le chajiru,
au goût de thé

Un plat de korogaki

Avec leurs techniques de culture du thé, les agriculteurs de la région de Kyoto ont transmis deux spécialités culinaires à travers les siècles: le chajiru (soupe de thé) et le korogaki (kaki séché). Les deux sont fortement associés à la culture du thé de Uji. Le chajiru, le déjeuner traditionnel des travailleurs des champs de thé, est une soupe de légume et de poisson séché dans un bouillon parfumé au thé. Le korogaki, servi comme sucrerie avec le thé, est fabriqué à partir de petits kakis. Les fruits sont entreposés à l'extérieur dans d'immenses bacs pour le séchage, une vue familière pendant l'automne à Uji.

Paysages

Autour de la région de Uji, l'histoire et la culture de la production du thé a façonné le paysage. La terre se divise en plusieurs zones, chacune au caractère unique : les plantations de thé, les fabriques de thé et les grossistes. Les champs créent des paysages verdoyants aux courbes majestueuses autour des contreforts des collines. De nombreux temples et sanctuaires rappellent la longue histoire de la région, en particulier Manpukuji, un temple Zen de style chinois fondé par le moine Ingen, que l'on appelle communément le père du sencha. Avec plusieurs générations de culture du thé en évidence un peu partout, se promener autour de Uji est un peu comme une balade au cœur de 800 d'histoire du thé.

Les plantations de thé d'Ishitera,
un bien patrimonial désigné

Le temple Zen Manpukuji sur le mont Obaku

Découverte

En train de moudre
le matcha avec un mortier en pierre

Préparation du gyokuro pour une dégustation

La région du thé de Kyoto regorge d'opportunités pour expérimenter de façon interactive la culture du thé. Les visiteurs peuvent être hébergés en pension chez des agriculteurs, puis passer la journée à explorer les plantations de thé ou cueillir leur propre thé. Ils peuvent également suivre des cours sur l'infusion du thé, participer à une dégustation ou apprendre à moudre leur propre matcha. Enfin, de nombreuses boutiques du coin servent du matcha et des bonbons au matcha que l'on peut déguster tout en admirant les vues pittoresques de la région.

NOUS CONTACTER

Thé de Kyoto
URL : https://www.kyototourism.org/en/

Ville de Kinokawa

PRÉFECTURE DE WAKAYAMA

Le Togenkyo (Eden) s'étirant le long de la rivière Kinokawa

La ville où l'on apprécie les fruits 365 jours par année durant un séjour rural

Grâce aux terres fertiles irriguées par la rivière Kinokawa au cours limpide et un climat doux, la ville de Kinokawa s'est développée comme une terre de fruits depuis les temps anciens. En tant que ville où l'on tombe toute l'année sur des fruits, la région transmet les charmes de la fruiticulture, un état d'esprit toujours vivant chez les producteurs, ainsi que la qualité de ses fruits dont elle peut se vanter dans le monde.

Cuisine régionale

Chagayu

En même que la Kinokawa si claire, le chagayu a contribué à l'essor de la région en soutenant l'alimentation des paysans depuis des générations. Il s'agit d'une bouillie de riz (kayu) pleine de saveur mélangeant harmonieusement l'amertume agréable du thé au goût du riz. Surnommé aujourd'hui affectueusement okai-san, il s'est transmis comme un composant de la cuisine locale en prenant racine sur les tables de Kishu.

Chagayu, surnommé okai-san

Cuisine régionale

Sushis de fruits

Pâtes aux fruits

Les vergers touristiques ou la participation à la récolte vous transmettront le délicieux goût des fruits frais. Nous proposons des préparations originales à base de fruits, comme des produits transformés tels des confitures, des sushis, des pâtes ou des friandises. En tant que Ville de culture du goût et ville fruitière, nous organisons également des manifestations pour faire connaître les attraits de nos fruits.

Paysages

Le site Togenkyo s'étendant le long de la Kinokawa a été sélectionné parmi les Cent paysages de senteur. Il enchante les visiteurs par une brume couleur pêche et un subtile parfum sucré. De plus, le jardin du temple Kokawadera avec ses arrangements de pierres charme les yeux grâce à un style sans précédent même parmi les jardins japonais.

Jardin avec arrangement de pierres du Kokawadera

Togenkyo

Découverte

Un large éventail d'activités s'offre à vous, comprenant la participation à une récolte durant toute l'année suivant les produits de la saison, du parapente dans la plus grande zone de vol de l'ouest du Japon, du canoë sur la Kinokawa ou encore des ateliers culinaires comme la confection de confitures aux fruits.

Atelier de confiture à la pêche

Activité de parapente

Circuits de visite

Passez nous trouver à Kinokawa entre les lieux touristiques bien établis tels que Osaka, le château de Wakayama, le mont Koya et Nanki Shirahama, ou pendant votre trajet depuis ou pour l'aéroport international du Kansai. En rejoignant la cueillette de fruits et en goûtant à la cuisine locale, vous pourrez faire l'expérience directe des charmes du Japon agricole.

Participer à la récolte de kakis

Ou alors à de pêches

NOUS CONTACTER

Association touristique les fruits de Kinokawa
URL : https://kinokawa-dmo.com/en.html

Ville de Masuda

PRÉFECTURE DE SHIMANE

Vallée de wasabis

Au cœur de l’eau et des gens
- La cuisine de la province d'Iwami -

Située dans l'ouest de la préfecture de Shimane, la ville de Masuda abrite des sites naturels incroyables tels que les montagnes Chûgoku, la mer du Japon ou encore la rivière Takatsu-gawa, dont l’eau est la plus claire du Japon. Le wasabi est cultivé dans les eaux en amont des gorges de Hikimi, et le poisson « ayu » est pêché dans la rivère Takatsu-gawa. Cette région est reconnue comme étant un site important du patrimoine japonais, car c’est ici que la « cuisine médiévale » fut servie à Môri Motonari lors de l’époque Sengoku.

Cuisine régionale

uzume-meshi

Récolté à Hikimi dans les monts Chûgoku, le wasabi est depuis longtemps utilisé dans le plat local « uzume-meshi » auquel les habitants sont profondément attachés. Dégustez du wasabi tout en découvrant les champs où ils sont cultivés.

Racines de wasabi

Uzume-meshi de Hikimi

Cuisine régionale

Pêche à l'ayu dans la Takatsu-gawa

Ayu

L’ayu pêché dans la Takatsu-gawa est utilisé dans l’« ayu-zôni », qui se déguste traditionnellement au Nouvel An dans de nombreux foyers. Certains textes anciens expliquent que l’ayu était également servi lors des repas de fête du seigneur Masuda. Cette « cuisine médiévale » peut être dégustée de nos jours grâce à de nombreuses reproductions culinaires.

Paysages

Situées dans le parc de Nishi-Chûgoku Sanchi, les gorges de Hikimi offrent de magnifiques paysages avec de nombreuses cascades et rochers.
Nous vous recommandons également de voir le parc Karaoto Suisen où fleurissent environ 2 millions de narcisses sur des falaises faisant face à la mer du Japon, ainsi que le sanctuaire Ebisu-jinja surnommé « le Mont-Saint-Michel de Sanin ».

Les gorges d’Omote-Hikimi / Byobugaura

Le parc Karaoto Suisen

Découverte

Kayak sur la Takatsu-gawa

Méditation zen au temple Myôgi-ji

En pleine forêt, au milieu d'un champ de wasabi, vivez une expérience unique avec les agriculteurs locaux en apprenant comment préparer un « uzume-meshi ». Vous pouvez également profiter de l’eau transparente de la Takatsu-gawa en faisant du kayak ou participer à des activités traditionnelles telles que la méditation zen dans un temple, la préparation de thé matcha, la fabrication de tofu, et même prendre un bain « Goemon-buro » dans une maison ancienne.

Circuits de visite

Après avoir découvert les champs de wasabi et préparé un « uzume-meshi », dirigez-vous vers l’aval de la Takatsu-gawa tout en profitant des gorges de Hikimi. Vous pouvez également apprendre à préparer l’« ayu-zôni » avec les locaux. Profitez des nombreux biens culturels de Masuda et imprégnez-vous de l'histoire de la ville en découvrant les temples Ikô-ji et Manpuku-ji, dont les jardins furent créés par Sesshu.

Jardins de Sesshu du temple Ikô-ji

Jardins de Sesshu du temple Manpuku-ji

NOUS CONTACTER

Office de tourisme de la ville de Masuda
URL : https://masudashi.com/en/

Ville de Tsuyama

PRÉFECTURE DE OKAYAMA

Le château de Tsuyama au printemps (top 100 des meilleurs spots de cerisiers)

Tsuyama : une ville à l'histoire riche et à la culture bovine unique.

Depuis les temps anciens, Tsuyama est un lieu important pour le commerce du bétail et des chevaux. Même à l'époque où la consommation de bœuf était interdite, la « nourriture curative » était autorisée, et les habitants aimaient tellement leurs spécialités locales, que Tsuyama était devenue la ville du Japon où l'on consommait le plus de bœuf. La qualité de la viande est si réputée, que la ville envoie des veaux dans des zones de production bovine de renom à travers tout le pays. Il existe de nombreux menus à base de bœuf que vous ne trouverez nulle part ailleurs.

Cuisine régionale

Sozuri-nabe

Sozuri-nabe
« Sozuri » signifie « détacher la viande fine des côtes et des os » dans le dialecte de Tsuyama. Ce plat populaire et riche en saveurs (umami) est préparé avec de la viande tendre récupérée près des os, et d'un bouillon à base de sauce soja avec du tofu et des légumes locaux tels que du chou chinois ou des oignons verts.

Bœuf japonais de Tsuyama

Sozuri-nabe

Cuisine régionale

Yomenakase

Nikogori de bœuf

Les plats locaux de bœuf caractéristiques utilisent différentes parties de l'animal et la région arrange à sa sauce les recettes de plats nationaux en remplaçant par du bœuf les ingrédients communément utilisés. Le « Yomenakase » (un plat croustillant subtilement assaisonné et préparé avec l'aorte), le « Nikogori » (un bouillon de bœuf gélifié riche en goût ; le bœuf remplace le poisson), l'« Okonomiyaki » (utilisant du bœuf au lieu du porc), le « Hoshiniku » (cuisse séchée dégustée en snack) ou le « Tsuyama horumon udon » (plat mariant à souhait la douce texture des abats avec celle des nouilles) sont les plats les plus populaires. Ils nécessitent beaucoup de préparation et sont depuis longtemps extrêmement appréciés par les locaux.

Paysages

Profitez des riches ressources historiques et culturelles de la ville avec le château de Tsuyama et le parc Kazukan, l'un des 100 meilleurs endroits pour admirer les cerisiers en fleurs au Japon, les deux quartiers historiques de la ville dont les bâtiments traditionnels sont préversés, « Jôtô » et « Jôsai », ainsi que les jardins seigneuriaux. Il existe aussi une variété d'installations touristiques qui attirent de nombreux visiteurs telles que le musée éducatif du chemin de fer « Tsuyama Manabi » disposant de la plus grande rotonde de locomotives en service au Japon et une « armure mobile ».

Jôtô

Le musée éducatif du chemin de fer « Tsuyama Manabi »

Découverte

Profitez d'expériences culturelles authentiques telles que le tissage des traditionnels « sakushu-kasuri » ou une visite guidée des temples de la ville avec un moine bouddhiste (avec méditation zen, copie de sutra et dégustation de thé matcha). Découvrez la vie à la ferme en participant à diverses expériences agricoles telles que des activités de récolte ou des séjours chez des agriculteurs.

Atelier de tissage de sakushu-kasuri

Visite guidée des temples de la ville avec un moine bouddhiste

Circuits de visite

Dans la ville de Tsuyama, qui compte moins de 100 000 habitants, il y a plus de 50 restaurants teppanyaki et yakiniku, et la compétition est rude en termes de saveurs ! Armez-vous de la carte gastronomique créée par le groupe d'étude « Tsuyama Horumon Udon » et dégustez les célèbres plats de bœuf qui font la fierté de Tsuyama tout en discutant avec les commerçants et les habitants.

Carte gastronomique du groupe d'étude « Tsuyama Horumon Udon »

Izakaya « Niku-biru » de Tsuyama

NOUS CONTACTER

Office de tourisme de la ville de Tsuyama
URL : http://www.tsuyamakan.jp/en/

Région d'Ondo et ville de Kure

PRÉFECTURE DE HIROSHIMA

Ondo (à l'arrière-plan) reliée par 2 ponts au continent (ville de Kure, au 1er plan)

Dégustez des mets à base d'huîtres et profitez en exclusivité de la nature de la mer intérieure de Seto.

La ville d'Ondo est située sur l'île de Kurahashi, dans la partie occidentale de la superbe mer intérieure de Seto.
Le climat est doux, la nature est florissante et les huîtres sont délicieuses.
Les locaux vivent paisiblement en accueillant chaleureusement les visiteurs.
Tout le monde est le bienvenu à Ondo !
Dégustez des mets à base d'huîtres et profitez en exclusivité de la nature de la mer intérieure de Seto.

Cuisine régionale

Les huîtres

Les huîtres sont la spécialité d'Ondo. Les eaux pures de la ville sont parfaitement adaptées pour l'ostréiculture, et la ville est le plus gros producteur d'huîtres du Japon. Le « kaki-meshi » est un mets à base de riz cuit avec de grosses huîtres et des légumes. Il est devenu un plat traditionnel local, mais été préparé à l'origine pour les ostréiculteurs.

Huîtres entières récoltées dans les eaux pures de la région

« Kaki-meshi » traditionnel

Cuisine régionale

Rouleaux de « kaki-makimono »

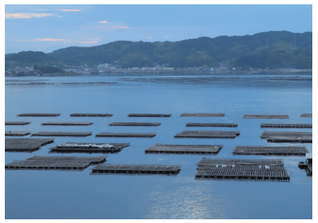
Escabèche d'huîtres

Des plats plus élaborés tels que les « kaki-nigirizushi », les « kaki-makimono » et les « kaki-escabèche » sont également proposés. À travers eux est transmise, notamment auprès des touristes amateurs d'huîtres, la superbe culture culinaire basée sur les huîtres d'Ondo, mariant tradition et évolution.

Paysages

Ondo et la ville continentale de Kure sont reliées par deux ponts qui enjambent le détroit d'Ondo-no-Seto. Ce dernier fut ouvert par Taira no Kiyomori, le fondateur du sanctuaire d'Itsukushima (autrement appelé Miyajima), et est traversé par de nombreux bateaux. Ondo offre de superbes paysages sur la mer intérieure de Seto, et le temps semble s'y écouler lentement si l'on se laisse captiver par l'odeur de la mer et le bruit des vagues, du vent et des bateaux.

Le pont d'Ondo qui enjambe le détroit d'Ondo (Ondo au 1er plan)



Radeaux flottants pour l'ostréiculture dans les « eaux pures » d'Ondo

Découverte

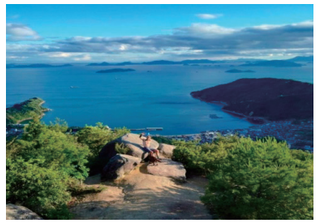
Découverte du façonnage des sushis avec un chef sushi

Tour de vélo autour de l'île

Au « Gourmet College », vous apprendrez sous l'enseignement d'un chef sushi à préparer et déguster vos propres sushis. Lors d'un tour de l'île en vélo, vous pourrez découvrir des paysages où se confondent ciel et mer, et profiter d'une vue à couper le souffle sur la mer intérieure de Seto depuis la montagne Hiyama. Découvrez une toute nouvelle expérience, bonne pour les papilles et la santé, avec les courses d'orientation locales autour des huîtres !

Circuits de visite

Ondo, qui est située au sud de la préfecture d'Hiroshima, se trouve à 90 minutes de vol depuis l'aéroport Haneda à Tokyo suivi d'un trajet d'environ 70 minutes en voiture. Elle offre de magnifiques panoramas sur la mer intérieure de Seto, de délicieuses huîtres et un rythme de vie paisible où le temps semble s'écouler lentement. Ici, à Ondo, vous pouvez découvrir la mer intérieure de Seto avec tous vos sens dans un voyage fascinant et unique.



Vue sur la mer intérieure de Seto depuis la montagne Hiyama

Course d'orientation autour des huîtres : dégustation de « kaki-dog » à un point de contrôle

NOUS CONTACTER

Conseil de promotion touristique de la ville d'Ondo
URL : https://ondo-cho.com/fr/

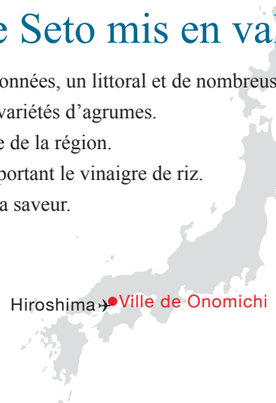
Ville de Onomichi

PRÉFECTURE DE HIROSHIMA

La beauté du littoral encadré par la mer intérieure Seto

Les charmes culinaires de la mer intérieure Seto mis en valeur

La ville de Onomichi, un port situé le long la mer intérieure Seto, englobe des pentes vallonnées, un littoral et de nombreuses îles. Les terrains variés d'Onomichi lui valent d'être connue pour sa pêche et ses nombreuses variétés d'agrumes. Sur plusieurs générations, une tradition culinaire distincte a évolué au rythme de l'histoire de la région. Avant l'ère moderne, la mer intérieure était une voie de navigation pour les bateaux transportant le vinaigre de riz. Ce vinaigre était utilisé localement pour préserver le poisson, mais aussi pour en relever la saveur. Cette habitude a créé une cuisine locale centrée autour des fruits de mer. Aujourd'hui, les ingrédients typiques et les spécialités régionales d'Onomichi attestent du riche héritage culturel de la région.



Cuisine régionale

Agrumes

Les paysans ont depuis longtemps su tirer parti des chaudes températures, de la brise marine et de l'ensoleillement important du climat de la mer intérieure. Ils ont ainsi utilisé les pentes autour de Onomichi pour la culture des agrumes. Les premières variétés cultivées étaient de jeunes arbres rapportés, des siècles plus tôt, de la Chine continentale par les « pirates » Murakami, une force navale qui maintenait la sécurité sur la mer intérieure de Seto. Peu après, les iles et coteaux environnant ont été défrichés et les citrus ont été planté en terrasses – une pratique qui serait comme « labourer son ascension vers le Ciel ». Aujourd'hui, l'esprit de cette initiative historique perdure à travers la renommée des fermes de citrus de Onomichi.

Les jus d'agrumes frais font pétiller la cuisine régionale

Des citrons mûrissent lors des longues journées ensoleillées

Cuisine régionale

Des associations uniques d'ingrédients de saison très frais

Les aliments locaux produits et servis par les personnes qui les ont cultivés

En décembre 2018, le jardin du Lantern Onomichi Garden (LOG), récemment rénové, s'ouvrait aux visiteurs. Situé sur le Mont Senko, non loin du temple Senko-ji, cet ancien complexe d'appartements offre hébergement, un jardin et des expériences de shopping et gastronomiques uniques. Au restaurant du LOG, des produits frais et de saison sont au centre de tous les plats. Chaque repas est fait d'ingrédients à l'image des producteurs locaux. Le lieu propose régulièrement des ateliers et des activités ouvertes au public, autour de thèmes qui mettent en valeur la nourriture régionale, les traditions locales et la sagesse d'une vie vécue au rythme des saisons.

Paysages

On dit de Onomichi qu'elle ressemble à « un jardin miniature tout droit venu du moyen-âge ». Dans cette ville, les temples et sanctuaires historiques – dont certains contiennent des trésors nationaux – bordent les rues sinueuses. Du haut des pentes la vue s'étale le long du paysage côtier. D'importants artistes ont également été captivés par le paysage de Onomichi : le romancier Shiga Naoya (1883-1971) a séjourné non loin du LOG, et le chef d'oeuvre du réalisateur Ozu Yasujiro, Tokyo Story (1953) débute ici. La ville a d'ailleurs très peu changé par rapport à ce qui a été filmé dans la scène d'ouverture.

Vue sur la montagne depuis le temple Senko-ji

Le Centre Onomichi U2, un lieu populaire qui regroupe hébergement, restaurants et location de vélo

Découverte

A vélo le long de la route Shimanami Kaido, de renommée mondiale

Une chambre douillette avec un espace pour le vélo.

Onomichi est une destination clé pour les cyclistes qui veulent parcourir Shimanami Kaido. Ces 64 kilomètres de voie express le long de la côte ont été sélectionnés par la chaîne de télévision américaine CNN comme une des « 7 Meilleures Pistes Cyclables au Monde ». Situé à sa tête, le Onomichi U2 comprend 28 chambres, un service de location de vélo, boutiques et restaurants offrant des ingrédients locaux soigneusement choisis. Les visiteurs en quête d'une expérience plus aquatique pourront réserver une chambre sur le « guntû », un bateau de 15 cabines parcourant la mer intérieure de Seto. Les passagers pourront se régaler des spécialités de la mer intérieure et participer à des excursions culturelles, comme acheter du poisson à l'aide d'experts du coin.

NOUS CONTACTER

Setouchi Cruise Co., Ltd. - Division LOG
URL : https://l-og.jp/en/

Région de Nishiawa

PRÉFECTURE DE TOKUSHIMA

Paysage féérique des hameaux sur les terrains pentus en altitude

NISHIAWA / XANADU

Jeu de cache-cache avec 1000 ans d'histoire – Chaque pas en avant vous emmène plus loin dans le passé

Nishiawa à Shikoku est en lieu ayant su transmettre une agriculture traditionnelle et une culture agricole depuis plus de 1000 ans et qui est porteur d'une histoire à travers par exemple la légende des réfugiés Heike. Les cultures alimentaires traditionnelles centrées autour des graminées, sarrasin et pommes de terre qui sont autant de variétés ancestrales restent un élément fondateur de la vie quotidienne des habitants surnommés peuple des cieux. Ces villages de montagne se déployant comme des éventails sur les flancs abrupts ont une beauté digne de leur surnom Xanadu.

Cuisine régionale

Soupe zosui aux grains de sarrasin

Dans les champs en pente des montagnes abruptes de Nishiawa, diverses graminées sont cultivées. La soupe zosui aux grains de sarrasin est un plat régional typique qui aurait jadis été créé par les guerriers ayant trouvé refuge dans la région après leur défaite lors des combats dans la capitale (Kyoto). Nostalgiques de leur vie dans la métropole, ils auraient remplacé le riz, aliment principal de la population japonaise qu'ils ne pouvaient plus se procurer, par du sarrasin.

Grains de sarrasin

Soupe zosui aux grains de sarrasin

Cuisine régionale

Cuisine régionale dégustée dans les résidences traditionnelles

Dekomawashi

Dégustez les Dekomawashi, des brochettes de pommes de terre originelles, konjac et d'un tofu aussi dur que le roc grillées sur un foyer traditionnel irori ou le gibier chassé dans les monts et plaines environnantes. La cuisine locale partagée avec les habitants des hameaux en discutant autour d'un foyer traditionnel irori dans les résidences traditionnelles pleines de cachet vous rassasiera corps et âme.

Paysages

Alex Kerr, le spécialiste américain de culture asiatique, a qualifié d' « autre monde digne de Xanadu » le paysage de montagne unique des hameaux d'Ochiai, Sarukai ou Nishisho formé par les champs en pente s'étendant à flanc de montagne, les résidences traditionnelles ou les murs en pierre avec des dénivellations allant jusqu'à 400 m.

Hameau d'Ochiai

Séjour en résidence traditionnelle

Découverte

Mont sacré Tsurugi

Bateau de tourisme fluvial

La possibilité de découvrir toute la richesse des bienfaits de la montagne et des cours d'eau sont autant de charmes de Nishiawa où vous pourrez échanger avec les habitants des hameaux de montagnes coexistant avec la nature, séjourner dans les chambres d'hôte des fermes ou résidences traditionnelles offrant une initiation à la culture quotidienne et à la culture culinaire, faire des randonnées pédestres sur le mont sacré Tsurugi ou vous adonner aux sports de rivière comme le rafting ou emprunter les bateaux de plaisance sur le fleuve Yoshino et ses affluents, etc.

Circuits de visite

Situé à environ une heure de voiture de l'aéroport de Tokushima, le bourg de Wakimachi, célèbre pour les pignons de ses toits, a fleuri comme un centre du commerce de l'indigo, et les luxueuses résidences des marchands construites au 19ème siècle s'y alignent. La découverte de l'agriculture sur les pentes inclinées jusqu'à 40° du hameau de Sarukai ou les riches et paisibles moments passés dans les résidences traditionnelles aux confortables aménagements construites il y a plusieurs siècles seront autant de moments inoubliables de votre voyage.

Découverte de la teinture indigo

Visite de l'environnement naturel par les touristes occidentaux

NOUS CONTACTER

Zone touristique de Nishiawa au mont Tsurugi et au fleuve Yoshino
URL : https://nishi-awa.jp/english/

Région de Sanuki

PRÉFECTURE DE KAGAWA

Des champs de blé aux reflets dorés et le Fuji de Sanuki

La Route de Sanuki et son esprit d'hospitalité

– Jouissez ici et maintenant d'un accueil personnalisé –

Les Sanuki udon remonteraient au retour de Chine du moine Kukai.
La plaine de Sanuki étant propice à la culture du blé par son climat et la qualité de ses terres, on y cultive depuis très longtemps un blé d'excellente qualité.
C'est ici qu'ont été développés les Sanuki udon qui fusionnent des matières premières de la région comme les iriko (sardines infantiles desséchées) et le sel.
Même si Kagawa est aujourd'hui célèbre en tant que Préfecture des udon, la Route de Sanuki vous attend pour que vous découvriez aussi ses nombreux autres attraits.

Cuisine régionale

Sanuki udon

Les Sanaki udon, appréciés depuis des siècles et sans retenue par tous les foyers de la région, se caractérisent par leur texture moelleuse. Découvrez de nombreux délices, à commencer par les udon traditionnels comme les shippoku udon ou uchikomi udon, en passant par les udon aux olives et au bœuf mariant la viande de bœuf nourri avec des olives au blé de la préfecture Sanuki no Yume.

Udon au bœuf nourri aux olives

Shippoku udon

Cuisine régionale

Sashimi de hamachi (jeune sériole) nourri aux olives

Tonkatsu de porc nourri aux olives

La cuisine de Sanuki suit les saisons pour régaler les hôtes, grâce par exemple au porc aux olives ou au hamachi aux olive (jeune sériole) nourris aux olives, aux fruits sanuki-san centrés sur des variétés originales et particulièrement sucrées, les kankan sushi locaux préparés avec du maquereau espagnol de la mer intérieure de Seto.

Paysages

Que ce soit avec le Manno-ike, le plus grand étang artificiel du Japon, le Honen-ike entei, le premier barrage au Japon conçu avec plusieurs arches et évoquant un château médiéval d'Europe, ou les chemins de pèlerinage à l'atmosphère solennelle, les paysages partagés sur les réseaux sociaux mettront de la baume au cœur de tous.

Chemin de pèlerinage

Barrage Honen-ike

Découverte

Atelier de fabrication d'udon

Nourrissez les poissons hamachi

Vous trouverez à Sanuki une foule d'activités exclusives, comme fabriquer des udon, participer aux travaux agricoles dans une ferme proposant de vous loger, cueillir la variété originale de fraises Sanuki-hime, nourrir les poissons hamachi sur le lieu d'origine de leur élevage à l'étang Ado-ike ou encore loger dans un temple.

Cueillette de fraises

Circuits de visite

Promenez-vous le long de l'étang Manno irriguant la plaine de Sanuki, essayez-vous à la fabrication d'udon dans l'école d'udon Nakano, et passez la nuit dans le temple Zentsuji. Le lendemain matin, participez aux travaux matinaux, avant de profiter d'un chemin de pèlerinage ou de cueillir des fraises, puis rendez-vous dans une ferme du district de Gomyo pour y passer la nuit.Venez visiter la Route de Sanuki débordante de charmes et prenez pleinement plaisir à un voyage qui n'appartient qu'à vous.

Hébergement à la ferme Gomyo Yamabiko no Yado

Hébergement au temple Zentsuji Salle Iroha

Atelier de cuisine locale au Gomyo Yamabiko no Yado

NOUS CONTACTER

Association touristique de la préfecture de Kagawa
URL : https://my-kagawa.jp/en/

Ville de Yawatahama

PRÉFECTURE DE EHIME

Superbe vue sur la mer d'Uwa et les champs de mandarines en terrasses

Un voyage intimiste dans la ville des mandarines et des poissons.

L'histoire de la culture de la mandarine à Yawatahama remonte à 1894 et les champs en terrasses aux murs en pierre construits sur les pentes abruptes du littoral sont caractéristiques de la région. Durant les longues heures d'ensoleillement, la réflexion du soleil sur la surface de la mer et sur les murs de pierres donne l'impression de voir trois soleils offrant un spectacle aux couleurs douces et chaleureuses.

Cuisine régionale

Mandarines

La préfecture d'Ehime est essentielle à la production de mandarine du pays, puisqu'elle est la deuxième plus grande zone de production de mandarine "Unshu" dont 40% proviennent de Yawatahama. Il n'est pas exagéré de dire que ces mandarines sont les meilleures du Japon, car en plus d'être produites en quantité, leur qualité est telle, qu'elles sont prises en référence dans la détermination des prix du marché d'Ota à Tokyo.

Divers jus de mandarines

Mandarines de haute qualité, aux couleurs et aux goûts incroyables

Cuisine régionale

Chalutier

"Jakoten", une spécialité culinaire

À Yawatahama, la pêche au chalut (pêche au large) a commencé en 1918 et la production d'aliments à base de pâte de chair de poissons s'est développée. Divers poissons sont notamment utilisés dans la fabrication du célèbre jakoten, mais également dans le Yawatahama champon, un plat qui occupe une place importante dans le cœur des locaux.

Paysages

Les cultures en terrasses qui s'étendent du littoral au sommet des montagnes est une caractéristique majeure du "système agricole des agrumes d'Ehime et de Nanyo" inscrit dans le patrimoine agricole japonais. Ces champs peuvent être vus à divers endroits de la ville de Yawatahama, notamment les champs en terrasse de Mukainada qui figurent parmi les 88 plus beaux paysages de Shikoku.

Champs en terrasses de Mukainada

Champs en terrasses brillant d'une couleur dorée en automne

Découverte

De nombreuses activités propres à la ville des mandarines et du poisson vous attendent ! Promenez-vous en vélo électrique pour admirer les cultures de mandarines en terrasse et découvrez la cuisine locale avec la soupe satsuma jiru. Vous pouvez également pêcher sur un bateau ou bien nourrir les dorades japonaises dont l'élevage fait également la fierté de la préfecture d'Ehime, car elle est la première région du pays à en produire.

Activité permettant de nourrir les dorades rouges en élevage

"Satsuma jiru", un plat local

Circuits de visite

Diverses activités propres à Yawatahama sont accessibles depuis la gare routière de "Yawatahama Minatto" visitée par un million de personnes par an. Ainsi, découvrez la production de mandarine et ses paysages uniques, promenez-vous dans les magasins et passez la nuit dans un hôtel de la ville ou dans une ferme locale. Vivez pleinement votre voyage au cœur de la ville des mandarines et de la pêche !

Gare "Yawatahama Minatto"

Marché proposant de nombreux de fruits de mer frais

NOUS CONTACTER

Association de l'office du tourisme de la ville de Yawatahama
URL : https://yawatahama-kankou.com/en/

Ville de Yame

PRÉFECTURE DE FUKUOKA

Visite du village du thé de Yame et découverte de sa durabilité

Entourée de montagnes et bordée par les rivières Yabe-gawa et Chikugo-gawa,
la ville de Yame, située dans la partie sud de la préfecture de Fukuoka, est une région qui jouit des bienfaits de la nature.
Elle est réputée pour être la principale zone de production du thé de Yame,
une marque de thé japonais connu dans tout le pays,
mais aussi pour l'amélioration et le développement de la qualité de ce dernier,
qui sont étroitement liés au papier japonais traditionnel
et à d'autres produits fabriqués dans la région, et qui font du thé
de Yame un symbole historique et culturel de la région.

Cuisine régionale

Le thé de Yame

Son origine remonterait à l'an 1423, lorsqu'un moine ayant achevé sa formation en Chine aurait répandu des graines de thé et transmis les secrets de leur production. Les conditions climatiques de la région, telles que les grandes différences de température au cours de la journée, les précipitations et le brouillard, permettent de faire ressortir le goût prononcé caractéristique de ce thé. Parmi les thés de la région, le thé traditionnel « Yame Dentô Hongyokuro » a été le premier thé japonais à être enregistré au sein du Système de protection des Indications Géographiques (IG). Également très apprécié à l'étranger, ce dernier est toujours très bien classé dans les concours nationaux de thés.

Le thé de Yame

Cuisine régionale

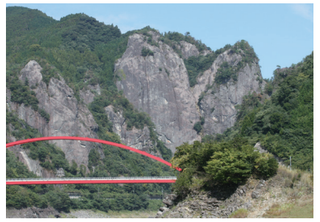
Dago-jiru

Konjac fait maison

En plus des plats locaux depuis longtemps appréciés et cuisinés par les habitants tels que la soupe dago-jiru, le konjac artisanal et les imo-manjû aux saveurs sucrées et épicées (des boules de pâte garnies de patates douces et de taros), vous pourrez également profiter des bienfaits de chaque saison grâce à des plats comme la tempura de feuilles de thé, utilisant de jeunes feuilles récoltées uniquement pendant la nouvelle saison du thé, qui sont enrobées de pâte, panées, puis frites.

Paysages

La plantation de thé « Yame Chuo Ochaen », qui s'étend sur 70 hectares, a été développée par la préfecture de Fukuoka et constitue un spot photo caractéristique de Yame et de sa production de thé. La région montagneuse offre des vues surprenantes sur les rizières en terrasse et les montagnes rocheuses abruptes. Les visiteurs peuvent profiter des couleurs des fleurs et des arbres tout au long de l'année, mais notamment du magnifique spectacle offert par les couleurs des cerisiers, des glycines, des lycoris rouges et des feuilles d'automne.



Site spirituel des gorges de Hyûgami

La glycine géante de Kuroki âgée de plus de 600 ans

Découverte

Activité de mouture de thé vert à l'aide de petite meule en pierre
(Photo fournie par : le Musée de la culture du thé)

Un « Concours de dégustation de thés » où vous devez reconnaître 5 thés différents
(Photo fournie par : le Musée de la culture du thé)

Tout au long de l'année, la région propose de nombreuses expériences autour du thé telles que des cours sur l'infusion du thé, la fabrication de mélanges de thés, des cérémonies du thé, mais aussi d'autres expériences liées à l'artisanat traditionnel. Des circuits sont également proposés pour les séjours de courte durée afin de découvrir les liens entre la gastronomie et la culture de Yame.

Circuits de visite

Un itinéraire de deux jours et une nuit permet de découvrir l'histoire derrière le cycle des ressources régionales. Le premier jour, vous récolterez des légumes sous les explications d'un agriculteur, vous déjeunerez des plats préparés avec des ingrédients locaux et vous découvrirez les secrets de la fabrication du konjac chez un hôte. Le deuxième jour, vous découvrirez l'artisanat traditionnel de Yame, vous déjeunerez à l'hôtel NIPPONIA, puis vous vous promènerez dans des rues reconnues « Zone de protection de groupes de bâtiments traditionnels » à l'échelle nationale, afin de découvrir de manière condensée le charme de Yame.

Récolte de légumes guidée par un agriculteur

Les rues aux murs blancs de Yame Fukushima

NOUS CONTACTER

Fondation Générale Incorporée FM Yame
URL : https://en.yame.travel/

Péninsule de Shimabara

PRÉFECTURE DE NAGASAKI

Le Mont Unzen, point de repère de la péninsule de Shimabara et les terres agricoles du nord de la région

La vie au pied d'un volcan - Une nature éveillant les sens

– Des cultures liées par l'eau –

Les tenobe somen, les kanzarashi ou encore la cuisine à la vapeur des sources chaudes utilisent l'eau des nombreuses sources présentes dans la péninsule de Shimabara et qui découlent du Mont Unzen, un volcan situé au centre de la péninsule.
Les nombreuses spécialités locales sont étroitement liées à l'eau produite par le volcan et ce lien se manifeste à travers la cuisine, ce qui la rend si singulière.

Cuisine régionale — Cuisine liée aux eaux et sources thermales

Certaines préparations utilisent les vapeurs des eaux des sources plus chaudes du pays pour leur cuisson. Cette très ancienne méthode consistant à utiliser les vapeurs naturelles permet de cuisiner sainement les légumes et les fruits de mer locaux. Cependant, certaines spécialités comme les kanzarashi puisent l'eau nécessaire à leur confection dans les sources d'eaux froides.

Les "Nagashi somen", très appréciées dans la péninsule

Cuisine à la vapeur utilisant les vapeurs des sources chaudes

Cuisine régionale

Différentes façons de profiter des somen

Source d'eau et kanzarashi

De nombreuses spécialités sont proposées tout au long de l'année, reflétant l'importance de l'eau dans la cuisine locale. Parmi elles, figurent les soupes guzoni datant de la rébellion de Shimabara, les tenobe somen, le sel local écologique produit grâce à l'activité géothermique de la région ou encore les kanzarashi, des petites boules de riz blanchies dans de l'eau froide.

Paysages

La péninsule de Shimabara offre des paysages célèbres dans le monde entier tels que les cultures en terrasse pouvant être admirées depuis l'observatoire de Tanabatake, les champs du "Kyushu Olle Minami Shimabara Course" dont l'atmosphère rappelle les terres agricoles du sud de l'Europe, mais aussi la "Rue des carpes koi" à Shimabara où des carpes nagent en toute tranquillité dans les eaux de la ville. Découvrez le paysage dantesque des "Enfers volcaniques du Mont Unzen" et ressentez les grondements des entrailles de la terre !

Superbes champs en terrasses construits par les agriculteurs

Carpes koi "Nishigoi" nageant dans de petits cours d'eau

Découverte

Atelier d'étirement des somen à la main

Atelier de confection de kanzarashi utilisant l'eau des sources

tenobe somen, soigneusement étirées à la main, une spécialité locale qui aurait été introduite par des fermiers venus d'îles environnantes après la rébellion de Shimabara, la confection des kanzarashi qui ont été enregistrés parmi les biens culturels tangibles du Japon et qui nous rappellent l'importance de l'eau. Vous pouvez également participer à un cours de cuisine à la vapeur des sources d'eaux chaudes avec des fours aux vapeurs blanches.

Circuits de visite

Promenez-vous dans les quartiers des sources chaudes desquelles émane une vapeur constante, découvrez un aperçu de la vie quotidienne des locaux en entrant dans des cafés et en explorant les petites ruelles de la ville avant de séjourner dans un hôtel où vous pourrez profiter des sources thermales. Le lendemain, lancez-vous corps et âme dans l'exploration du volcan avec ses "Enfers", ses sources d'eaux, ses fumerolles et l'odeur de sulfure qui s'en dégage et vivez un voyage qui éveillera vos sens.

Zone thermale d'Obama en bord de mer baignant dans la vapeur des sources chaudes

Zone thermale de Shimabara permettant de profiter des sources chaudes

NOUS CONTACTER

Association de l'office du tourisme de la péninsule de Shimabara
URL : https://shimakanren.com/

Ville d'Aso

PRÉFECTURE DE KUMAMOTO

Bœufs « aka-ushi » dans les prairies et la caldeira

Découvrez des prairies millénaires ! ※
Le terroir d'Aso s'ouvre au monde.

※Ces prairies sont dites millénaires, car elles sont mentionnées dans le recueil de lois « Engishiki » écrit pendant l'ère Heian, il y a plus de 1000 ans.

Située au cœur de Kyûshû, dans la préfecture de Kumamoto,
la ville d'Aso possède une culture agricole ancienne et de vastes prairies qui ont su traverser les âges dans un environnement naturel unique alimenté par un volcan actif et une caldeira.
La ville dispose de traditions culinaires uniques nées de la symbiose entre le volcan et les locaux.
Ses spécialités les plus connues sont les bœufs « aka-ushi » élevés dans ses prairies,
les pickles « aso-takana-zuke » (tiges de moutarde brune vinaigrées),
ou encore des plats tels que le « dengaku » (brochettes de tofu et de konjac).

Cuisine régionale

« Aso-takana-zuke » et « takana-meshi »

Pickles « Aso-takana-zuke » (fermentés) et « takana-meshi »

Le « aso-takana » est un légume traditionnel cultivé dans un climat froid et sur des terres couvertes de cendres volcaniques. Aucune machine n'est utilisée lors de la récolte appelée « takana-ori », où les tiges sont pliées à la main, puis préparées en saumure avec du sel et du piment rouge. Les tiges lacto-fermentées sont coupées finement et revenues dans de l'huile avant d'être mélangées à du riz pour faire du « takana-meshi », un plat particulièrement populaire dans les foyers et restaurants locaux.

Pickles « Aso-takana-zuke » (frais)

Pickles « Aso-takana-zuke » (fermentés) et « takana-meshi »

Cuisine régionale

Viande de bœuf « aka-ushi » et « takana-meshi »

Pickles « Akado-zuke »

Les repas se composent principalement de viande de bœufs « aka-ushi » élevés dans les prairies d'Aso, grillé au feu de charbon de bois dans un foyer, avec des légumes locaux tels que le taro et du tofu frais ou frit assez épais. Ils se terminent par du « takana-meshi », des pickles de divers condiments tels que le « akado-zuke » (une sorte de taro) et une soupe riche en légumes locaux, ce qui permet aux visiteurs de profiter pleinement de la richesse des terres d'Aso et de découvrir le mode de vie des agriculteurs locaux.

Paysages

« Komezuka » : une colline en forme de bol de riz renversé, d'environ 80 m de haut. Formée suite à une éruption ayant eu lieu il y a environ 3000 ans, elle offre un superbe panorama sur les prairies.
« Daikanbô » : l'un des meilleurs points de vue d'Aso situé sur le flanc extérieur nord de la montagne. Il offre une vue imprenable sur la caldeira, les cinq montagnes d'Aso et les monts Kujû.
Le village de Teno : ce village, réputé pour ses sources d'eau abondantes, se trouve au pied du flanc extérieur nord de la montagne et offre des paysages authentiques centrés sur le sanctuaire de Kokuzô.

Les 5 montagnes d'Aso et des rizières inondées

Le village de Teno et un moulin à eau

Découverte

Promenade en VTT dans les prairies

Promenade à cheval dans les prairies millénaires

Sortie en E-MTB : accompagné d'un guide professionnel, vous recevrez une autorisation spéciale vous donnant accès à des promenades à travers les prairies, qui sont normalement inaccessibles, en VTT électrique. C'est un excellent moyen pour découvrir pleinement les différents attraits d'Aso.
Promenade à cheval : guidez votre cheval sur des sentiers sauvages à travers les vastes prairies du flanc extérieur nord de la montagne. Grâce aux conseils des instructeurs, même les plus novices peuvent pleinement profiter de cette promenade et des panoramas spectaculaires qu'elle offre sur les prairies.

Circuits de visite

Après avoir visité le sanctuaire d'Aso qui voue son culte au cratère, rendez-vous au volcan actif Nakadake duquel s'élèvent des panaches de fumées volcaniques. Profitez ensuite des panoramas sur la caldeira en vous promenant en VTT jusqu'au pied de la montagne. Découvrez la cuisine locale et ses spécialités telles que le bœuf « aka-ushi » ou les pickles traditionnels dans une ferme-restaurant. Après le repas, profitez d'une randonnée à cheval sur le flanc extérieur nord de la montagne ou promenez-vous dans le village de Teno pour découvrir la vie à la ferme.

Cratère du Mont Nakadake avec des fumerolles

Ferme-restaurant et des rizières inondées

NOUS CONTACTER

Conseil de promotion du tourisme de la caldeira d'Aso
URL : https://www.asocity-kanko.jp/en/

Péninsule de Kunisaki

PRÉFECTURE DE OITA

Une histoire de symbiose entre la nature et l'Homme née des réserves d'eau

Déchiffrez mille ans de souvenirs - Un Japon inconnu - Voyage au cœur d’un patrimoine millénaire -

La région de la péninsule de Kunisaki est située dans la partie nord-est du Kyushu.
Son histoire, sa nature et sa culture sont extrêmement riches et continuent, malgré les âges, de tenir une place importante aujourd’hui. Les temples réunis sous le nom de « Rokugo Manzan » prospèrent autour du sanctuaire d’Usa-jingu, l’agriculture axée sur le recyclage est enregistrée au patrimoine agricole mondial, les onsens de Beppu comptent parmi les meilleurs du Japon, et bien d’autres endroits encore caractérisent la région.
La culture des céréales est populaire depuis les temps anciens et les plats à base de farine sont ancrés dans la vie quotidienne, comme la soupe « Dango-jiru ».

Cuisine régionale

Dango-jiru

Le dango-jiru, une soupe appréciée quotidiennement dans les foyers japonais, est préparée en pétrissant de la farine de blé, en faisant mijoter des boulettes étirées à la main, des champignons shiitake et des légumes-racines cultivés localement, et en les assaisonnant avec du miso. Ce plat familial sain peut être apprécié par les végétariens. La préparation des dango varie d’une région et d’une famille à l’autre, et peut donc nous faire découvrir les différentes saveurs locales.

Le plus grand producteur japonais de champignons shiitake séchés

« Dango-jiru »
soupe familiale très appréciée

Usa-jingu « Cuisine d’hospitalité sur la route du gyôkôe »

Huîtres de la baie de Kitsuki Morie

Cuisine régionale

« Cuisine d’hospitalité sur la route du sanctuaire d’Usa-jingu (gyôkôe) » (Cuisine reproduite)
La région essaie de développer une cuisine locale unique en utilisant des spécialités locales pour créer une version moderne de la « cuisine d’hospitalité du gyôkôe » qui, selon d’anciens écrits, aurait été servie pendant ce même rituel shintoïste au sanctuaire d’Usa-jingu. Autrefois appelée à juste titre « Toyonokuni » (terre généreuse), cette région fertile regorge de fruits de mer et d'aliments de montagne, tels que les huîtres de la baie de Morie, les crevettes impériales de Himeshima, les flets Shiroshita de Hiji et les champignons shiitakes séchés dont le taux de production est le plus élevé du Japon.

Paysages

Vous pourrez profiter d'une variété de paysages façonnés par le climat unique de la région, comme le sanctuaire d’Usa-jingu, l'un des sanctuaires les plus incontournables du Japon, son ancien manoir « Tashibunosho » inchangé depuis plus d’un millénaire ou encore le paysage pittoresque qu’offrent les pics rocheux de « Yabakei ». Les onsens de Beppu, constituent l'une des principales sources d'eau chaude du monde, et vous pourrez y ressentir le souffle de la Terre grâce aux vapeurs qui s’échappent de toutes parts.

Sanctuaire d'Usa-jingu

Pics rocheux de « Yabakei »
(Gorges de Shinyaba)

Découverte

Maison rurale dans la péninsule de Kunisaki

Sentier de « Kunisaki hantô Minemichi »
(Ofudo Iwaya)

De nombreuses expériences pour découvrir les souvenirs d’un Japon peu connu vous attendent. Par exemple, un séjour à la campagne où vous pourrez découvrir la vie agricole, une « expérience de cuisine "Jigokumushi" » où vous pourrez profiter de la cure thermale à travers la nourriture, des activités basées sur le rituel « gyôkôe » du sanctuaire d’Usa-jingu, et un parcours de trekking sur le long sentier « Kunisaki hantô Minemichi » inspiré par le chemin spirituel qu’empruntaient les moines de Rokugo Manzan.

Circuits de visite

Découvrez les sanctuaires Komo-jinja, Usa-jingu et Hachiman Nadagu tous liés au rituel « gyôkôe », puis passez la soirée dans une maison rurale, préparez un « dango-jiru » et dégustez-le avec les locaux. Le lendemain matin, emportez un « onigiri » (boule de riz) préparé avec du riz local et explorez des paysages uniques en empruntant le sentier de « Kunisaki hantô Minemichi » et en vous rendant aux onsens de Beppu, où vous pourrez faire une pause pour reposer vos pieds fatigués. Profitez de cette abondante eau chaude et goûtez les plats cuits à la vapeur de source chaude "Jigokumushi" de Beppu.

Vapeur s’échappant des sources d’eau chaude de Beppu

Une méthode de cuisson traditionnelle appelée "Jigokumushi"

NOUS CONTACTER

Association générale incorporée Zone touristique du patrimoine du millénaire de Toyonokuni
URL : https://millennium-roman.jp/english/

Région de Takachihogo-Shiibayama

PRÉFECTURE DE MIYAZAKI

Le bourg de Shiiba et son panorama du bon vieux temps

Takachihogo-Shiibayama, Patrimoine agricole mondial Partager avec le monde la sagesse d'un village de montagne sur son existence durable

Au milieu des montagnes, l'agriculture et la sylviculture de la région de Takachihogo-Shiibayama honorent la nature comme telle et sont pratiquées avec un sentiment de profond respect. Les habitants y prient les dieux pour des récoltes abondantes et y dédient partout des rites kagura. La cuisine traditionnelle continue d'être transmise dans la région avec un sentiment de gratitude envers la générosité de la nature, comme la cuisine kagura servie lors des festivités villageoises et partagée avec les divinités.

Cuisine régionale

Cuisine kagura

La cuisine kagura est servie durant un kagura nocturne, avec par exemple un assortiment de légumes locaux longuement cuits et de sushis en rouleau. D'autres plats sont aussi immanquables, tels le kappo dori à base notamment de poulet étuvé dans des récipients en bambou puis grillé, le kappo zake réchauffé dans une tige de bambou ou les kagura udon dont la soupe est tirée du poulet et de la bardane.

Kappo dori

Cuisine kagura SHOKE MORI

Cuisine régionale

Faux-filet de bœuf de Takachiho

Yakihata soba

Le bourg de Shiiba est l'un des rares endroits au Japon à conserver une culture de brûlis. On peut y goûter une cuisine exceptionnelle employant les produits venant de ses champs comme le sarrasin ou le millet japonais. Par ailleurs, le bœuf de marque Takachiho-gyu, élevé avec l'eau limpide et l'air pur de Takachihogo, donne une viande de la plus haute qualité, tendre et avec un gras doux. La richesse de sa saveur est extraordinaire.

Paysages

En plus de la beauté scénique de la gorge Takachiho-kyo, d'autres paysages tels les rizières en terrasses Togawa-tanada à Hinokage ou Sennin no tanada à Shiiba s'offrent au regard en évoquant sentimentalement la riziculture des anciens. Quant aux panoramas des forêts de conifères et de feuillus en mosaïque à Morotsuka et des cultures de thé à Gokase, ils apporteront de la sérénité à ceux qui les regardent.

Forêts en mosaïque du bourg de Morotsuka

Cultures de thé de Gokase

Découverte

Atelier de tressage en paille

Salle de kagura

Régalez-vous, à Takachiho, avec de la kagura ryori en assistant à un spectacle de kagura nocturne et, à Shiiba, avec une cuisine de nouilles au sarrasin issu des cultures sur brûlis, après avoir pris part à un atelier de fabrication de ces nouilles soba. Ou encore, découvrez comment frire du thé à Gokase, faites l'expérience d'une thérapie en forêt et participez à un atelier de tressage à Hinokage, ou récoltez des shiitake à Morotsuka.

Circuits de visite

N'hésitez pas, en profitant de loger dans une ferme, à faire l'expérience de ce que sont l'agriculture et la sylviculture dans les cinq communes classées au patrimoine mondial agricole en tant que Système agricole et forestier montagneux, et découvrez leur mode de vie, culture et paysages. En éprouvant par vous-mêmes l'atmosphère mystique de Takachihogo-Shiibayama où les dieux seraient descendus, vous vous sentirez régénéré corps et âme.

Amanoyasugawara

Thérapie en forêt à Hinokage

NOUS CONTACTER

Takachihogo Association de tourisme
URL : https://takachiho-go.jp/en/

Les localités SAVOR JAPAN Nous contacter

Ville d'Abashiri（HOKKAIDO）
Centre d'activités touristiques autour de l'agriculture et de la pêche d'Okhotsk（Connectrip）
https://connectrip-okhotsk.com/en/

Région de Tokachi（HOKKAIDO）
Fédération touristique de Tokachi
http://tokachibare.jp/

Ville de Towada（PRÉFECTURE DE AOMORI）
Office de tourisme de Towada Oirase
https://www.towada.travel/

Ville d'Ichinoseki – Bourg d'Hiraizumi（PRÉFECTURE DE IWATE）
Association héritage du monde Hiraizumi-Ichinoseki DMO
https://hiraizumi-dmo.jp/

Région d'Ishinomaki（PRÉFECTURE DE MIYAGI）
Office de tourisme de la région d'Ishinomaki
https://www.umimachi-sanpo.com/

Région de Odate（PRÉFECTURE DE AKITA）
Akita Inu Tourism
https://visitakita.com/en/

Ville de Tsuruoka（PRÉFECTURE DE YAMAGATA）
Comité de promotion de la Ville Créative de la gastronomie de Tsuruoka
https://tsuruokagastronomy.com/

Ville d'Aizuwakamatsu（PRÉFECTURE DE FUKUSHIMA）
Bureau touristique d'Aizuwakamatsu
http://samurai-city.jp/en/

Ville de Ôtawara（PRÉFECTURE DE TOCHIGI）
Office du tourisme d'Ôtawara
http://ohtawaragt.co.jp/

Région de Chichibu（PRÉFECTURE DE SAITAMA）
Association touristique Chichibu Omotenashi
https://chichibu-omotenashi.com/en/

Ville de Tokamachi（PRÉFECTURE DE NIIGATA）
Association touristique de Tokamachi
http://tokamachishikankou.jp/en/

Ville de Komatsu（PRÉFECTURE DE ISHIKAWA）
Information touristique de Komatsu & Bussan
https://www.explorekomatsu.com/

Ville d'Obama（PRÉFECTURE DE FUKUI）
Association touristique de Wakasa Obama
https://www.sabakaido-traveler.com/

Ville de Komoro（PRÉFECTURE DE NAGANO）
Office de tourisme de Komoro
https://komoro-tour.jp/

Ville d'Ina（PRÉFECTURE DE NAGANO）
Office de tourisme de la ville d'Ina
https://inashi-kankoukyoukai.jp/en/

Région de Saku（PRÉFECTURE DE NAGANO）
Office de l'agrotourisme des brasseries de saké de Saku
https://sakusake-tourism.com/en/

Vallée d'Hakuba（PRÉFECTURE DE NAGANO）
Association touristique de la vallée d'Hakuba
http://hakubavalley.jp/index_english.html

Ville de Yamanouchi（PRÉFECTURE DE NAGANO）
Fédération du tourisme de Yamanouchi
https://info-yamanouchi.net/english/

Région de Maze et ville de Gero（PRÉFECTURE DE GIFU）
Comité de création du parc naturel de la région de Maze
https://maze-park.or.jp/

Contreforts du mont Fuji - Péninsule d'Izu（PRÉFECTURE DE SHIZUOKA）
Conseil de promotion des attraits culinaires dans les contreforts du mont Fuji et la péninsule d'Izu
https://www-pref-shizuoka-jp.translate.goog/sangyoshigoto/nogyo/1040855/1057086.html?_x_tr_sl=ja&_x_tr_tl=en&_x_tr_hl=ja&_x_tr_pto=wapp

Région de Hamamatsu et du lac Hamana（PRÉFECTURE DE SHIZUOKA）
Conseil du projet Cuisine × Ferme de la Région de Hamamatsu et du lac Hamana
http://hamamatsu-daisuki.net/lan/en/enjoy/gourmet.html

Région de Ôi-gawa（PRÉFECTURE DE SHIZUOKA）
Conseil de promotion des séjours agricoles près de la rivière Ôi-gawa
https://ooigawa-experience.jp/

Ville de Tahara（PRÉFECTURE DE AICHI）
Centre d'information touristique de Tahara Co., Ltd.
https://www.taharatrip.com/

Ville de Minamichita（PRÉFECTURE DE AICHI）
Association touristique de Minami Chita
http://minamichita-kk.com/en/

Ville de Taiki（PRÉFECTURE DE MIE）
Conseil de la ville de Taiki pour le développement régional
http://taiki-okuise.jp/language/en/

Région nord de la préfecture de Kyoto（PRÉFECTURE DE KYOTO）
Kyoto marine
http://www.uminokyoto.jp.f.adn.hp.transer.com/

Forêt de Kyoto（PRÉFECTURE DE KYOTO）
Forêt de Kyoto
http://morinokyoto.jp/

Région de Kyoto Yamashiro（PRÉFECTURE DE KYOTO）
Thé de Kyoto
https://www.kyototourism.org/en/

Ville de Kinokawa（PRÉFECTURE DE WAKAYAMA）
Association touristique les fruits de Kinokawa
https://kinokawa-dmo.com/en.html

Ville de Masuda（PRÉFECTURE DE SHIMANE）
Office de tourisme de la ville de Masuda
https://masudashi.com/en/

Ville de Tsuyama（PRÉFECTURE DE OKAYAMA）
Office de tourisme de la ville de Tsuyama
http://www.tsuyamakan.jp/en/

Région d'Ondo et ville de Kure（PRÉFECTURE DE HIROSHIMA）
Conseil de promotion touristique de la ville d'Ondo
https://ondo-cho.com/fr/

Ville de Onomichi（PRÉFECTURE DE HIROSHIMA）
Setouchi Cruise Co., Ltd. - Division LOG
https://l-og.jp/en/

Région de Nishiawa（PRÉFECTURE DE TOKUSHIMA）
Zone touristique de Nishiawa au mont Tsurugi et au fleuve Yoshino
https://nishi-awa.jp/english/

Région de Sanuki（PRÉFECTURE DE KAGAWA）
Association touristique de la préfecture de Kagawa
https://my-kagawa.jp/en/

Ville de Yawatahama（PRÉFECTURE DE EHIME）
Association de l'office du tourisme de la ville de Yawatahama
https://yawatahama-kankou.com/en/

Ville de Yame（PRÉFECTURE DE FUKUOKA）
Fondation Générale Incorporée FM Yame
https://en.yame.travel/

Péninsule de Shimabara（PRÉFECTURE DE NAGASAKI）
Association de l'office du tourisme de la péninsule de Shimabara
https://shimakanren.com/

Ville d'Aso（PRÉFECTURE DE KUMAMOTO）
Conseil de promotion du tourisme de la caldeira d'Aso
https://www.asocity-kanko.jp/en/

Péninsule de Kunisaki（PRÉFECTURE DE OITA）
Association générale incorporée Zone touristique du patrimoine du millénaire de Toyonokuni
https://millennium-roman.jp/english/

Région de Takachihogo-Shiibayama（PRÉFECTURE DE MIYAZAKI）
Takachihogo Association de tourisme
https://takachiho-go.jp/en/

SAVOR JAPAN ®
Explore Regional Flavors

Conseil pour la promotion de SAVOR JAPAN
URL：https://savorjp.info/

https://savorjp.info/