

3) 奈良県

府県	名 称	内 容
奈良県	柿の葉寿司 朴(ほう)の葉寿司	柿の葉でひとくち大のさば寿司を包んで押した夏祭りのごちそうで、江戸時代の中頃、高い年貢を課せられた紀州（和歌山県）の漁師が、金の捻出のため、熊野灘でとれた夏さばを塩でしめ、峠越えして吉野川筋の村へ売りに出かけたところ、おりしも吉野川筋の村々の夏祭りとなり、以来、夏祭りのごちそうとしてふるまわれたという言い伝えがある。柿の葉は、タンニンが多く緑色があざやかな渋柿の葉が使われている。東吉野地域では、山に自生している朴（ほう）の葉を柿の葉のかわりに使い「朴の葉ずし」を作っている。

4. 紀伊水道

府県	名 称	内 容
和歌山県	シラス (和歌山市、有田市、湯浅町)	シラスは和歌山県の紀伊水道沿岸で漁獲されるカタクチイワシ等イワシ類の稚魚を加工したもので、中でも、新鮮なシラスをほどよい塩加減で炊き上げた釜揚げシラスは有名である。4～5月が最盛期であるが、秋のシラスも脂が乗りまた格別である。シラスは水揚げ後の鮮度落ちが早い、近年では、産地で生を提供する生シラスへの取り組みが行われている。
	衣奈そだち (由良町)	由良町の衣奈湾では、海水温がワカメの生育に適しており良質な養殖ワカメが育つ。湾内の衣奈漁港でワカメを干す風景は、冬の風物詩となっているが、25年ほど前、地元の女性たちが、それまで捨てられていたワカメの軸をつくだ煮にした「衣奈そだち」を売り出した。梅干しを作るのに使う日高郡内で取れたシソと土ショウガ、有田川町のサンショを隠し味に加えた。添加物も一切使っていない衣奈そだちは、地元家庭の味として人気がある。
	こけらずし	和歌山市松江地域に伝わる秋祭りの行事食で、すし飯と具を何段も重ねる箱寿司である。エビや魚のそぼろを入れるのが特徴で、エビの代わりに赤魚を使っても良く、赤魚は素焼きし、ほぐして、からいりして味付けする。
	じゃこ寿司	昔は紀の川でじゃこが豊富にとれた。これを素焼きして煮付けたものを寿司にした。この寿司は、夏はにぎりで食べ、秋祭りの頃になると寿司箱に押し、一日たって味がなじんだものを食べた。今は、じゃこ寿司は商品化され、紀の川市の名産になっている。
	なれずし	日本三大なれずしのひとつで、800年以上の歴史がある。かつて日高地方では10月になり祭が近づくと「なれずし」づくりが始まっていた。有田地域では鯖でつくられ、あせの葉で巻いた後、すし桶にきっちり詰め、重しをかけ4日ほどおいて食べる。しかしながら、近年では独特の風味の「なれずし」より、酢飯を使った「早寿し」が好まれてつくられている。また、早寿しに欠かせないのが甘酒で、米をはや屋（こうじ屋）にもって行ってねかせてもらい、作っている。
タチウオすし	和歌山県有田市は、太刀魚の漁獲量が、日本一である。昔から、太刀魚を使ったお寿司や料理が作られている。	
徳島県	アジの押し寿司	アジにはゼニ（銭）と呼ばれる堅い鱗が体側にあることから、県南地方を中心に、アジの押し寿司は新築祝いのおみやげなど縁起物として作られている。
	ぼうぜの姿寿司	東京ではエボダイ、大阪でウボセ、北九州でシズと呼ばれる魚を、徳島ではぼうぜと呼んでいる。酢でしめたぼうぜにすだちの搾り汁を加えた酢飯をたっぷりと詰めた姿寿司は、甘酢とともに秋祭りになくってはならないものである。