

niponica

Открытие  
Японии

# にほにか

no. 28



Тема номера

**Токио: непревзойденное  
гастрономическое наслаждение**



## Содержание



Журнал «Нипоника» издается на японском и шести других языках (арабском, китайском, английском, французском, русском и испанском). Он призван познакомить людей всего мира с народом и культурой современной Японии. Название «Нипоника» происходит от слова «Ниппон», которое с японского языка переводится как Япония.

### Тема номера

## Токио: непревзойденное гастрономическое наслаждение

- 04 Сезонные блюда японской кухни
- 06 Традиционная японская кухня: взгляд сквозь столетия
- 10 Наследие ремесленнических традиций Старого Эдо
- 12 Удивительное разнообразие продуктов, выращенных в Токио
- 14 Попробовать Токио «на вкус» за один день
- 18 Окубо: перекресток азиатской кухни
- 20 Местные продукты для жителей и гостей Гиндзы
- 22 Знакомьтесь: самобытный токийский хлеб!
- 24 Путешествуя по Японии Уэно
- 28 Сувениры из Японии «Съедобные» украшения и аксессуары

no.28 R-020301

Издание Министерства иностранных дел Японии  
Касумигасэки 2-2-1,  
Тиёда-ку, Токио 100-8919, Япония  
<https://www.mofa.go.jp/>



Комуро Мицухиро, владелец первоклассного традиционного токийского ресторана «Кайсэки Комуро» в районе Кагурадзака, готовит грибы *мацутака*. Термин «кайсэки» используется для двух типов блюд: скромной простой пищи, связанной с традицией чайной церемонии, и роскошных торжественных трапез, возникших период Эдо (1603–1868). Со временем эти два стиля перемешались и в таком виде дошли до наших дней.

Обложка: закуска, подаваемая в ресторане «Кайсэки Комуро», приготовлена из свежих морепродуктов и горных овощей с большим вниманием к деталям.

### Тема номера

## Токио: непревзойденное гастрономическое наслаждение

Токио является одной из мировых гастрономических столиц. Потратьте хотя бы один день на знакомство с его невероятным кулинарным разнообразием. Здесь вы найдёте всё: от изысканных японских угощений, подаваемых в дорогих традиционных ресторанах, до “конвейерных” суси.



Сезонные блюда японской кухни



Сасими из креветок и жёлтого каранга, выловленных в Токийском заливе, выложены в форме веера, используемого в традиционных танцах во время цветения сакуры. Декор тарелки представляет собой растительный мотив, создающий весеннее настроение: лепестки сакуры, опавшие на покрытой зеленым холмы.

Весна

Рис, приготовленный с грибами май-такэ (лесным петушком), которые были собраны в лесах региона Тохоку осенью в сезон сбора урожая, дополнен лососёвой икрой, маринованной в соевом соусе, и ароматными стеблями японского воскоцветника.



Осень



Лето

Щукорылый угорь, к лету накапливающий значительное количество жира, обдаётся кипятком, после чего мгновенно помещается в ледяную воду. Рыбу подают в пиале с бульоном из водорослей и вырезанным в форме звезды кусочком цитруса юдзу, который, в сочетании с фейерверком, нарисованным на внутренней стороне крышки пиалы, напоминает летнее небо.

Зима



Мясо краба, любимое зимнее угощение, приготовили на пару, после чего вновь поместили в панцирь. Блюдо красиво сервировано на тарелке в форме листа с интересным орнаментом и украшено огурцом и двумя видами съедобных хризантем. (Все четыре блюда приготовлены в ресторане «Кайсэки Комура».)



# Традиционная японская кухня: ВЗГЛЯД СКВОЗЬ СТОЛЕТИЯ

В период Эдо (1603 – 1868) изысканная кухня стала популярной в среде простонародья, появилось большое разнообразие ресторанов, и японская кухня приобрела большую утонченность. Именно тогда были заложены основы современной гастрономической культуры Токио.

Из беседы с Харада Нобуо Фотограф: Ояма Юхэй (с. 2-6) Фотографии: PIXTA



Шумный рыбный рынок на берегу реки в районе Нихомбаси, конец периода Эдо. Изображены люди, несущие морских карасей, осьминогов и морское ушко. (Утагава Куниyasу, «Нихомбаси Уоити Ханэй Дзу» («Процветание Рыбного рынка на Нихомбаси»), фрагмент)

Уникальная японская гастрономическая культура, отличительными особенностями которой являются использование свежих сезонных продуктов, невероятная сбалансированность питательного состава и чуткое внимание к сервировке блюд, расцвела в период Эдо. Установившиеся при сёгунате Токугава (правительстве, военными лидерами которого были представители клана Токугава) политическая стабильность и мир способствовали развитию масштабного городского планирования и закладыванию сети сухопутных и морских путей. В результате этого в ставку сёгуна, город Эдо (современный Токио), со всей Японии хлынул поток всевозможных деликатесов. По историческим свидетельствам, район Нихомбаси, особенно в месте начала главных дорог и близ грузовой пристани, стал процветающим центром торговли различными продуктами с расположенным на речном берегу многолюдным рыбным рынком.

Наряду с притоком вещественного товара, в Эдо можно было наблюдать невероятный наплыв людей, и за первую половину 18-го века он стал крупным городом с

населением больше одного миллиона человек. Здесь было не протолкнуться среди самураев, прислужников, торговцев и наемных работников, и необходимость в заведениях общепита росла в геометрической прогрессии, так как большую часть этих людей составляли одинокие мужчины. Они могли утолить свой голод в передвижных киосках, ставших популярным местом быстрого питания. Позднее такие киоски трансформировались в небольшие рестораны или закусочные *идзакая*, и постепенно вдоль улиц Эдо открылось множество самых разных заведений подобного типа.

Некоторое время спустя в столице можно было наблюдать появление многочисленных ресторанов для обслуживания растущей интеллектуальной элиты. И эти заведения вскоре стали центрами социальной активности, местами проведения творческих встреч сочинителей хайку и других культурных мероприятий. Опытные шеф-повара готовили банкетные наборы *кайсэки* (традиционные обеды из многочисленных блюд), представляющие собой слегка

упрощенную версию пышных ритуальных трапез для развлечения воинов-самураев. Формат *кайсэки* унаследован современными роскошными традиционными японскими ресторанами и гостиницами.

Наплыв деликатесных продуктов и распространение культуры приема пищи вне дома способствовали появлению четырёх важнейших блюд японской кухни: суси, жареного на сладком соусе *кабаяки* пресноводного угря *унаги*, темпур (овощей и морепродуктов в кляре, обжаренных в масле) и пшеничной лапши *соба*.

Другим фактором, стимулировавшим появление этих блюд, стало широкое распространение ферментированных приправ, таких как соевый соус, уксус и *мирин* (сладкое рисовое вино).

Так, к примеру, предшественником суси были так называемые *нардзуси*, вид консервированного продукта, приготавливаемого путём ферментирования рыбы с солью и рисом. Жители Эдо догадались, что добавив к рису уксус (приправу, полученную путём брожения), можно

сократить время, необходимое для ферментации. Кусочки сырой рыбы, выложенные сверху такого «уксусного» риса, стали провозвестниками тех суси, какими мы знаем их сегодня. Так как технологий охлаждения в эпоху Эдо не существовало, для сохранения вкуса и свежести рыбы повара суси обрабатывали ее укусом и мариновали в соевом соусе. Кроме того, они нашли способ устранять неприятные запахи с помощью таких острых приправ, как васаби и имбирь.

Угорь *унаги* употреблялся в пищу с древних времён, однако способ приготовления, при котором рыбу обмакивают в сладкий соус *кабаяки* на основе соевого соуса и *мирин* и поджаривают на гриле, появился как раз в конце периода Эдо. До этого угрей просто насаживали на шпажку и жарили на огне целиком, приготавливаемый же способом *кабаяки*, угорь стал весьма трудоемким блюдом: рыбу сначала потрошат и отваривают на пару, затем маринуют в сладком соусе и жарят на гриле. Варка на пару помогает выпотить лишний жир и добиться мягкости и



1. Человек, продающий первый *кацуо* в сезоне. В те времена продавцы рыбы часто ходили со своим товаром от дома к дому. (Утагава Кунисада, «Унохана-дзуки» («Четвёртый месяц лунного календаря»), собственность Художественного музея Сэйкадо Бунко)
2. Суси периода Эдо были в два-три раза больше современных. На данном рисунке изображены суси, приготовленные с морским карасём, ланцетником, доросомой, ставридой, креветкой и анадарой, а также прессованные суси с маринованной ставридой. (Собственность «Главного магазина Ёсино Суси».)
3. Соевый соус – это уникальная японская приправа, изготавливаемая из соевых бобов. Она используется для заправки суси, сасими и других блюд.
4. Угорь *унаги*, разделанный и пропитанный сладким соусом *кабаяки* на основе соевого соуса и *мирин* (перед обжариванием на гриле).
5. Лапша *соба* готовится из гречишной муки: раскатывается тонкий слой теста, который затем нарезается в форме лапши.

#### Харада Нобуо

Родился в 1949 году. Профессор факультета Азия – 21 век Университета Кокусикан. Специализация – теория японской культуры и история японской обиходной культуры. Автор многих книг, в том числе «Эдо-но рёри-си» («История кухни Эдо») и «Рёкиси-но нака-но комэ-то нуку» («Рис и мясо: роль в истории»).



нежности текстуры.

*Тэмпура* и *соба* также завоевали себе популярность среди простых горожан в конце периода Эдо. А *соба* стала важным блюдом японского стола несколько раньше. Обычно эти два блюда подавались вместе со вкусным супом, приготовляемым на основе бурых водорослей, соевого соуса и *мирин*, и именно это, как считается, способствовало их распространению.

Появление и распространение этих блюд происходило на фоне расцвета печатной культуры периода Эдо. Знания и информация, ранее передаваемые изустно, в рукописной

форме, либо хранимые в тайне, теперь могли быть напечатаны на бумаге. В начале периода Эдо были изданы практические руководства по кулинарии, фиксирующие в систематическом виде знания и технологии приготовления упомянутых выше блюд, что содействовало росту их популярности.

Насладиться местной кухней могли не только *эдокко* (коренные жители Эдо). В 1824 году в Осака был издан справочник известных магазинов и ресторанов в Эдо, «Эдо Каймоно Хитори Аннай». Он призван был помочь приехавшим из других частей Японии путешественникам

сориентироваться в кухне Эдо.

Приведем один пример из истории, хорошо иллюстрирующий страсть жителей Эдо к еде. Особенность натуры японцев такова, что они предпочитают как можно раньше пробовать сезонные продукты на вкус. Однако в конце периода Эдо любовь к мясу *кацуо* (полосатого тунца), чей изысканный вкус ассоциируется с началом лета, достигла таких масштабов, что цена на него подлетела до невероятных высот, вызвав к жизни социальный феномен, который закрепился в поговорке: «Если это не дорого, то это не *кацуо*». Вследствие этого даже люди, не имевшие

достаточных средств на такую роскошь, любили пощеголять перед другими и покупали *кацуо* напоказ.

Гастрономическая культура, расцветшая в период Эдо прежде всего при участии простых горожан, развиваясь на протяжении долгого времени, предстаёт перед нами в своём современном токийском варианте, сохраняя энергию и яркость, каждый день вдохновляя на новые творческие свершения и изобретательные находки.





1. Блюдо с тремя видами *тэмпура*: креветки, *кису* (японская силага) и *какиагэ*. *Каккиагэ* готовят, обжарив в тесте смесь ингредиентов, таких как мелкие креветки, кальмары и мышцы моллюска.
2. Несколько сот креветок в день обжариваются в масле в ресторане "Сансада" наряду с другими деликатесами.
3. Огромный латунный котел используется для поддержания высокой температуры жарки.

## Наследие ремесленнических традиций Старого Эдо



### Вкус *тэмпура* из периода Эдо

Основанный в 1837 году в Асакусе, старом центральном районе Токио, ресторан «Сансада» – старейший в Японии ресторан *тэмпура*. *Тэмпура* – традиционное японское блюдо, глубоко обжаренные в масле морепродукты или овощи, предварительно смоченные в жидком тесте из муки, яиц и воды. Обычно его подают с легким соусом из ароматного бульона *даси*, соевого соуса и других ингредиентов. *Тэмпура* ценится за свою ломкую хрустящую текстуру.

«*Тэмпура* в эдосском стиле отличается своей плотной обжаркой из теста», – рассказывает менеджер и шеф-повар ресторана «Сансада» по имени Судзуки Сюн. *Тэмпура* здесь подается именно в том виде, в каком она была популярна среди эдосского простонародья. На текстуру обжарки во многом влияют температура и влажность, поэтому соотношение продуктов не фиксируется, а оптимально подбирается шеф-поваром в зависимости от условий, в каких происходит готовка.

Наряду со старинными рецептами Судзуки практикует и нововведения, например, использует в качестве ингредиентов китайскую горькую тыкву и авокадо. Именно эта способность сохранять традиции, оставаясь при этом открытыми для инноваций, и является одной из важных причин популярности заведения на протяжении долгих лет.

Судзуки было всего 15 лет, когда он начал свое ученичество в «Сансаде».



Многие умения периода Эдо (1603 – 1868) практикуются в современном Токио и по сей день. Эта статья рассказывает о молодых профессионалах, привносящих новую струю в древние традиции.

Фотографии: Мацумура Такахио

1. Крафтовые леденцы *амэдзайку* используют большое количество мотивов – от реалистичных прототипов вроде журавля, тигра или кролика, до фантазийных героев наподобие прозрачного Пегаса.
2. Процесс изготовления конфеты-журавля. Разогретый шарик леденцовой массы закреплен на трубочке. Мастер растягивает массу своими пальцами и делает надрезы японскими ножницами, чтобы сформировать крылья.
3. Для раскрашивания конфет мастер использует в основном пищевые красители.

### Мастер изготовления леденцов и ее великолепные представления

По историческим свидетельствам, зачинателями японского искусства изготовления леденцов (*амэдзайку*) были продавцы сладостей, ходившие по улицам Эдо (современного Токио). Старинное искусство изготовления конфеты из мягкого кусочка леденцовой массы продолжает восхищать людей до наших дней. Главный ингредиент – *мидзуамэ* (букв. «водный леденец») – это подсластитель, который использовался в Японии с древних времен. Будучи прозрачной сама по себе, *мидзуамэ* приобретает молочно-белый оттенок и шелковистый блеск, когда ее нагревают и разминают, вдвывая воздух в смесь.

Как говорит Като Майко, получившаяся конфета очень красива, но по-настоящему впечатляет зрителя именно искусство ее изготовления. Расплавленный леденец застывает в течение примерно трех минут. За это короткое время мастер с потрясающей скоростью растягивает, сворачивает и склеивает леденцовую массу с помощью ножниц и кончиков пальцев. После застывания форму конфеты уже не изменить, поэтому мастер не имеет времени на исправление ошибок в процессе работы. Основной навык мастера изготовления леденцов как раз и состоит в умении быстро и безошибочно придать леденцу необходимую форму.

Като также стремится найти современные подходы к созданию «конфетных» скульптур, вводя элементы поп-дизайна и улучшая рецептуру. За счет ее усилий искусство изготовления традиционных японских сладостей приобрело новые выразительные средства и продолжает развиваться.

Като оттачивает свое мастерство в «Амэдзайку Ёсихара», первом в Японии магазине, специализирующимся на фигурных леденцах.





## Удивительное разнообразие продуктов, выращенных в Токио

Центр Токио состоит преимущественно из шумных деловых районов, и в то же время столичный регион славится своей сельскохозяйственной продукцией и морепродуктами. Эта статья познакомит вас с линейкой токийских продуктов, от традиционных овощей, культивируемых со времён Эдо (17 – 19 века), до фруктов, выращиваемых на отдаленных островах Тихого океана к югу от Токио.

Фотографии: Токийский фонд развития сельского хозяйства, лесных угодий и рыбного промысла, PIXTA

### Помидоры ⑩

(Место производства: город Акируно, город Хио и другие)

В силу того, что японцы предпочитают есть помидоры сырыми, подавляющее число выращиваемый здесь сортов отличается сладким, со слабо выраженным кислыми нотками, вкусом. Токио славится производством высококачественных сортов помидоров, ценимых за их сладкий насыщенный вкус.



### Аситаба ⑨

(Место производства: город Хатидзё, деревня Миякэ и др.)

Аситаба – листовой овощ, выращиваемый преимущественно на островах Тихого океана вблизи Токио. Благодаря богатому содержанию витаминов, каротина, железа и других элементов, этот овощ стал популярным лекарственным растением.

Поле аситаба на острове Хатидзёзима.



### Маракуйя ⑨⑨

(Место производства: деревня Огасавара, город Хатидзё и другие)

Маракуйя обладает примечательным кисло-сладким вкусом и потому идеально подходит для приготовления джемов и варенья. Деревня Огасавара, где климат круглый год тёплый, является одним из основных мест производства маракуйи в Японии.



### Окутама васаби ①

(Место производства: город Окутама)

Васаби (японский редис) – одна из наиболее известных японских приправ. Особый острый вкус ее идеально сочетается с суси и сасими, лапшой *соба* и многими другими блюдами. Горный район Окутама со множеством чистых холодных источников исторически считается главным местом производства васаби.



### Нэрима дайкон ②

(Место производства: город Нэрима)

Корнеплод дайкон широко применяется в японской кухне для приготовления вареных или маринованных блюд. Сорт Нэрима отличается более крупным по сравнению с другими сортами размером корнеплода, достигающим 80-100 см в длину.



### Васэда мёга ④ (японский имбирь)

(Место производства: район Синдзюку, район Нэрима)

Этот острый овощ с хрустящей текстурой и свежим вкусом был назван в честь деревни Васэда, известного места выращивания *мёга*.

Фотография предоставлена Отакэ Митисигэ



### Имбирь Янака ③

(Место производства: город Аракава)

Имбирь Янака – это листовой сорт имбиря, выращиваемый начиная с периода Эдо. Его мягкий корень и стебли обычно едят в сыром виде вместе с пастой мисо. Отличающийся свежим острым ароматом и хрустящей текстурой без жестких волокон, имбирь Янака пользуется популярностью в качестве летней специи.



### Комацуна ⑤

(японский горчичный шпинат) (Место производства: город Эдогава)

Комацуна – это листовой овощ, богатый содержанием витаминов, каротина и кальция. Обычно его варят либо быстро обжаривают. По легенде, одному феодалу из сёгуната Эдо очень понравился вкус этого листового овоща, который ему подали в деревне Комацугава (нынешний город Эдогава), после чего он был назван «Комацуна» в честь данной местности.



### Анаго (морской угорь) ⑥

(Место производства: Токийский залив)

По форме морской угорь *анаго* очень похож на японского угря *унаги*, и по сей день главным районом его производства остаётся Токийская бухта. В японской кухне *анаго* используется для приготовления *тэмпура*, суси, тушеных и других блюд.



### Мидии асари ⑦

(Место производства: побережье Токийского залива)

Двустворчатые моллюски *асари* имеют размер порядка 4 см, они богаты таурином – аминокислотой, обладающей свойством снижать повышенное артериальное давление. Сбор мидий на берегах Токийской бухты был одним из популярнейших занятий среди простонародья в период Эдо.







1

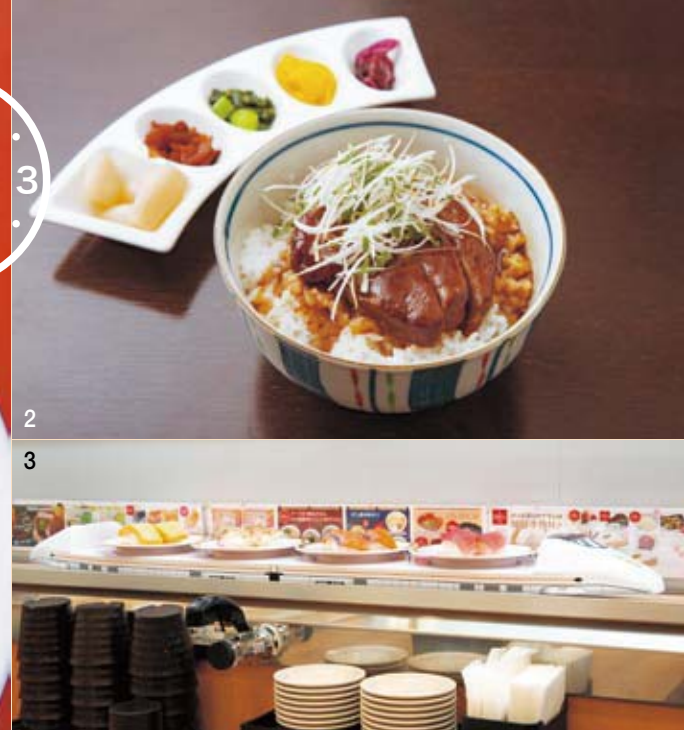
## Попробовать Токио «на вкус» за один день

Что бы вы хотели попробовать в Токио? Мегаполис славится как гастрономическая столица, которая продолжает развиваться, одновременно интегрируя многочисленные уровни уникальной японской пищевой культуры. Хотя за короткий срок вряд ли возможно попробовать все, что предлагает местная кухня, все же будет интересно познакомиться с главными «вкусами» Токио, а заодно и ощутить живую атмосферу столичных районов и ресторанов всего за один день. Ознакомьтесь с гастрономической программой, рассчитанной на однодневную прогулку – с раннего утра до поздней ночи – по местам, изблбленным местными жителями.

Фотограф: Осака Сатоси Фотографии: РИХТА



1



2

3



1. На обед попробуйте *ёсёку* (блюда европейской кухни, приготовляемые с учётом вкусовых предпочтений японцев). *Омурайсу* – приправленный кетчупом обжаренный рис, завернутый в тонкий слой омлета, – любимое блюдо японцев всех возрастов.  
2. *Сутэки-дон* – чаша риса со стейком из говяжьего филе, тушенного в подливе с соевым соусом, идеальный вариант обеда, простого и обильного. (1, 2 «Курофун-Тэй»)  
3. Конвейерные рестораны суши неперестанно развиваются. В некоторых из них заказ посетителям доставляют на моделях скоростных поездов *синкансэн*. («Каппа Суси»)



1. Утро. Начните свой день в классической кофейне и насладитесь превосходным качественным завтраком, включающим кофе, тосты, яйцо и салат.  
2. Несмотря на быстрое распространение сетевых ресторанов, по-прежнему встречается много частных кофеен. (1, 2 «Солей»)



2



3



4



5

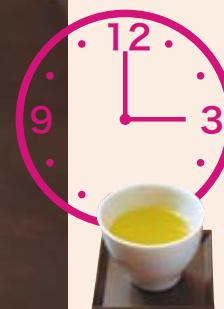


1

2



3



4

5

3. Семейные рестораны и традиционные комплексы предлагают вареный рис, главное и второе блюда и суп мисо.

4. *Онигири* – японский вариант фастфуда, который едят без столовых приборов. Это колобки, формируемые руками из варёного риса, смешанного с маринованными овощами или другими ингредиентами. В круглосуточных минимаркетах продаётся широкий ассортимент *онигири*, но в специализированных магазинах вы найдёте особые *онигири*, приготовленные из отборных ингредиентов и специальных сортов риса.



6

5. Стоячие закуски с лапшой *соба*, которые можно встретить на улицах и на станциях, также могут предложить отличную альтернативу для завтрака. Такая лапша с аппетитом съедается не более чем за пять минут. Тэмпюра *соба*, которую подают с обжаренной в кляре креветкой, ещё одно быстрое в приготовлении и сытное блюдо.  
6. Значительная часть минимаркетов оборудована автоматическими кофемашинами, приготавливающими вкусный кофе из свежемолотых бобов, измельченных сразу после того, как поступил заказ от покупателя. Такой кофе отличается великолепным вкусом и при этом доступен по цене.

1. В 3 часа пополудни отдохните, наслаждаясь вкусом зелёного чая и японских сладостей. Сперва оцените красоту *намагаки* – свежих, красиво оформленных сладостей, приготовленных из натуральных ингредиентов. Эти сладости изображают цветущую сакуру. Оцените изысканный вкус десерта, великолепно сочетающийся с горьковатым ароматом зелёного чая. (Магазин «Тория Акасака»)



7

2. 3. Изготовленные из безглютенового рисового порошка, обжаренные на огне и смазанные соевым соусом хлебцы *сэмбэй* – это любимая многими простая и сытная закуска. Множество специализированных магазинов *сэмбэй* по сей день работает в историческом центре Токио и в торговых районах на его окраинах. («Дайкокуя»)

4, 5. *Тайяки* – напоминающие сладкие вафли пирожки в форме *тай* (японского карпа). Их принято есть сразу после приготовления, пока они ещё горячие. Начинкой для них служит сладкая паста из красных бобов. («Надзу-но Тайяки»)

6

6, 7. Шоколадные мини-лакомства со вкусом зеленого чая *маття* являются популярным вариантом сладкого подарка. (Nestle KitKat со вкусом «отона-но амаса, маття», что означает «сладость для взрослых со вкусом *маття*»)





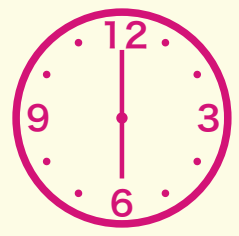
1



2

1. Сасими – тонкие кусочки сырой рыбы, вкусный деликатес, даже если его подают всего лишь с блюдечком соевого соуса. Вариация блюда, так называемые *тядзукэ*, – это сасими, сервированные поверх тёплого риса и политые сверху чаем либо бульоном.

2. Здесь показаны популярные *тядзукэ*, подаваемые на Гиндзэ, в знаменитом ресторане с долгой историей, славящемся блюдами из угря. Для их приготовления поверх красного японского морского карася, приправленного соусом из мисо с кунжутном, наливают чай. (1, 2 «Тикуэтэй», Гиндза)



3, 4. Токио – лучшее место для дегустации рамена, где можно попробовать большое разнообразие наиболее типичных видов этого блюда. Однако мы рекомендуем начать с классического Токийского рамена, основу которого составляет лёгкий аппетитный бульон с соевым соусом (слева). В последние годы в меню ресторанов появляются веганские варианты рамена, не содержащие компонентов животного происхождения и подходящие для людей, не употребляющих мяса (справа сзади). («SORANOIRO NIPPON@Tokyo Ramen Street»)

5. Длинные очереди говорят о том, что здесь вы найдёте вкусный рамен.

6. В большинстве заведений рамен билетик на нужное блюдо нужно заранее приобретать в автомате.

3



5



6



1

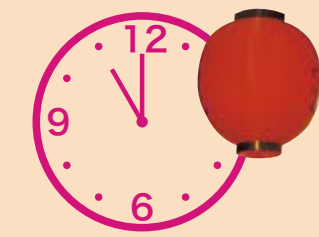


2

1. В центре Токио, посреди развлекательных и торговых районов, расположились многочисленные улочки с плотно выстроившимися в ряд недорогими закусочными *идзакай*. (Омоидэ-Ёкотэ на Синдзюку, Ниси-гути)

2. Чуть позднее 7 часов вечера закусочные *идзакай* переполняются посетителями, заглянувшими сюда после работы.

3. *Кореккэ* (японские котлеты в панировке) (впереди справа), нарезанный кубиками тунец (впереди слева) и жаренные на шпажках куриные котлетки (слева сзади). Эти и другие вкусные и недорогие закуски предлагаются посетителям в *идзакай*. (2, 3 «Бар Фукуро», «Микуни Кодзи»)



4. *Одэн* является популярным зимним блюдом, согревающим в холодную погоду. Для приготовления этого простого кушанья рыбные шарики и другие ингредиенты варят в бульоне.

5. *Якитори* – вкусные кусочки куритины, насаженные на бамбуковую шпажку и обжаренные на гриле. Ароматный дымок – ещё одна приятная особенность *якитори*.

6. *Хияякко* – блюдо, которое многие заказывают в первую очередь, так как его приносят практически мгновенно. Это охлаждённый тофу с набором аппетитных приправ, сбрызнутый соевым соусом.



3



4



5



6



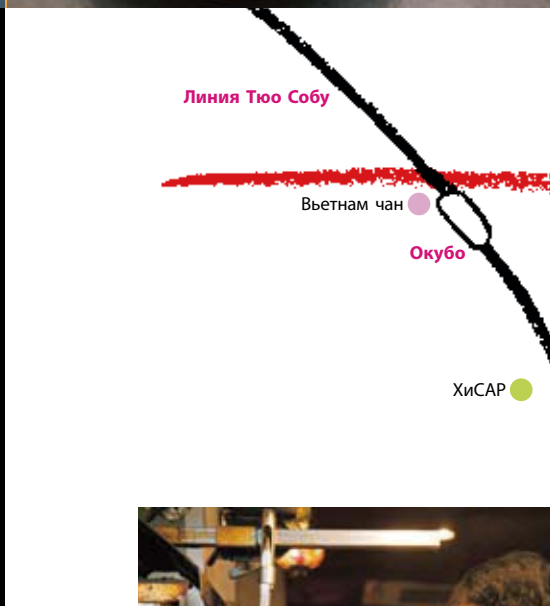


## Эпицентр новых трендов



## Корейская кухня

Основа нынешнего многоэтнического Окубо была заложена в 90-х корейскими ресторанами. Корейская кухня здесь доступна в самых разнообразных видах – от блюд, подававшихся при дворах правителей до деликатесов домашнего приготовления. В последнее время также развивается тренд на создание новых закусок, особенно популярных у японских женщин. Эти закуски включают в себя, например, десерт из ледяной стружки с нарезкой из манго и сыра ①, а также знаменитые сырные хот-доги ②, представляющие собой сыр на палочке в нарезанном кубиками картофеля, смоченный в тесте и затем обжаренный в масле. В этом супермаркете продаются корейские деликатесы на отдельном стенде, к которому выстраивается большая очередь перед магазином ③. Сладко-пряная курятина с соусом *кочуджанг* ④ тоже, по-видимому, скоро станет одной из очень модных закусок. (1, 4 ресторан «Хон Чун Чён»; 2 «Сеул Итиба»)



## Здоровая пища и тонкие ароматы



## Вьетнамская кухня

Вместе с ростом числа иностранных студентов школ японского языка и колледжей профессионального обучения, растет и количество молодых вьетнамцев, посещающих район Окубо. Гости могут насладиться привычным набором блюд и закусок, таких как кофе со сгущенным молоком ⑤, рисовая лапша *фо* и свежие спринг-роллы ⑥. («Вьетнам чан»)

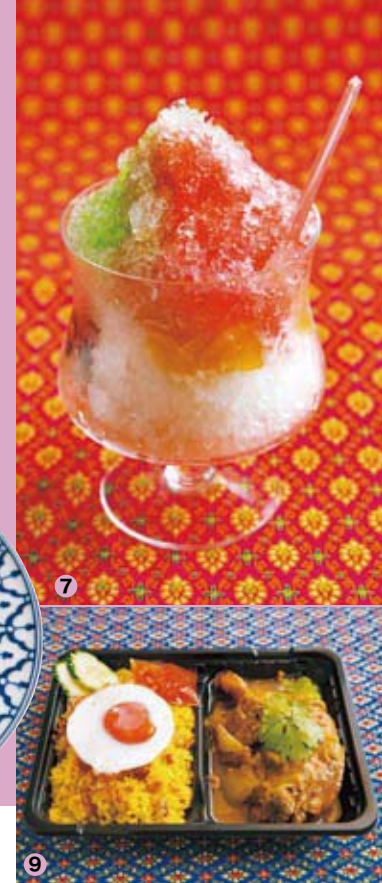


## Красочная кухня улыбчивых людей



## Тайская кухня

Десерты из ледяной стружки под разноцветными сиропами ⑦, сладости, приготовленные на пару из рисовой муки с кокосовым молоком ⑧ и обеды в коробке из тушеной курицы и риса с шафраном ⑨ – все это популярные блюда многонациональной армии любителей тайской кухни. («Рунг Руэн»)



# Окубо: перекресток азиатской кухни



Узкая улочка, уходящая в сторону от проспекта Окубо-дори – многонациональный квартал, известный под названием «Ислам Ёкотё». Здесь расположены рестораны ⑩, магазины, торгующими халяльной едой и специями ⑪, мечеть, расположенная в здании и так далее. Курица гриль приготовлена из халяльной курятины со специями ⑫, продается также на вынос.

## Одна из трех великих кухонь мира



## Турецкая кухня

Турецкий кебаб готовится из нескольких слоев мяса, сложенных вместе и обжаренных на огне, а затем тонко нарезанных и сервированных с салатом внутри хлебной лепешки. На Окубо есть немало кебаб-киосков, но также есть и рестораны, где можно насладиться не только кебабом на вынос ⑬, но и полной программой аутентичной турецкой кухни, начиная с закусок из хумуса и цацики, намазываемых на лаваш ⑭. («ХиСАР»)



## Большой выбор региональных вариантов кухни



## Китайская кухня

В районе Окубо располагаются многочисленные китайские рестораны, предлагающие блюда из Яньбянь, Хэбэй и других регионов Китая. Эти рестораны привлекают многочисленных посетителей, скучающих по родной еде. Здесь можно отведать блюда различных видов китайской кухни: от знаменитых шашлыков из ягнятины, происходящих из Северо-Восточного Китая ⑮ до очень популярных ныне в Японии блюд из лангуста из провинции Хунань ⑯ и китайского мохнаторукого краба ⑰. («Хорайсо»)

Окубо – это район, расположенный вдоль проспекта Окубо-дори, проходящего под платформами станции Син-Окубо линии ДЖЭЙ-АР Яманотэ и станции Окубо линии ДЖЭЙ-АР Тью-Собу. Проживающие здесь люди корейского, китайского, южно-азиатского и ближневосточного происхождения заняли собственные ниши и сделали этот район одним из наиболее разнохарактерных в Токио. Окубо привлекает многочисленных туристов, желающих отведать блюд различных азиатских кухонь в обывденной обстановке.

Фотограф: Осака Сатоси



## Симфония специй



## Непальская кухня

Растущее число непальцев, поселившихся в Окубо, привело и к росту количества ресторанов непальской кухни. Непали Момо (пельмени с начинкой из куриного фарша, лука и специй) – одно из ее наиболее популярных блюд. («Момо»)



# Местные продукты для жителей и гостей Гиндзы

Вдоль улиц Гиндзы, главного района шопинга и развлечений в Японии, расположены знаменитые магазины, предлагающие продукцию японских и мировых роскошных брендов. А в зданиях многолюдных офисов и на их крышах можно увидеть сельскохозяйственную продукцию с лейблом «произведено на Гиндзе», выращенную в рамках одного необычного проекта.

Фотографии предоставлены проектом «Медоносные пчелы Гиндзы» Фотограф: Курихара Осаму (p.21)



1. Работники пчеловодства собирают мёд на крыше здания.
2. Пчёлы возвращаются обратно в ульи после сбора цветочного нектара.
3. Руководитель проекта Танака Ацуо
4. Пчелиный мёд продаётся в универсамах и других торговых заведениях.



©NaokoYamamoto

## Проект "Медоносные пчелы Гиндзы": производство мёда в самом центре Токио

Проект «Медоносные пчелы Гиндзы» стартовал в 2006 году по инициативе бизнесменов и владельцев магазинов на Гиндзе под общей темой «Сосуществование города и природы». Начавшись с нескольких ульев, установленных на крыше 45-метрового здания, проект уверенно развивался, наращивая производственные обороты. Сегодня он вырос до крупного медового производства. В его рамках функционируют пчеловодные фермы, организованные на крышах четырёх зданий и производящие совокупно около 1 тонны мёда в год.

Вероятно, многие усомнятся, возможно ли в принципе разводить медоносных пчёл на Гиндзе. Однако в действительности это место идеально для пчеловодства. В пределах доступности для пчёл расположены Императорский дворец, парк Хибия и другие места с цветущими растениями, обеспечивающие насекомых нектаром и пыльцой. Кроме того, в этих районах не применяются пестициды, и зимы здесь не слишком холодные. Таким образом Гиндза предоставляет отличные условия для производства мёда.

Все большее число магазинов начинает производить товары, включающие в свой состав мёд, например, пирожные и коктейли. И мёд как сельскохозяйственный продукт, произведённый на Гиндзе, становится все более популярным.

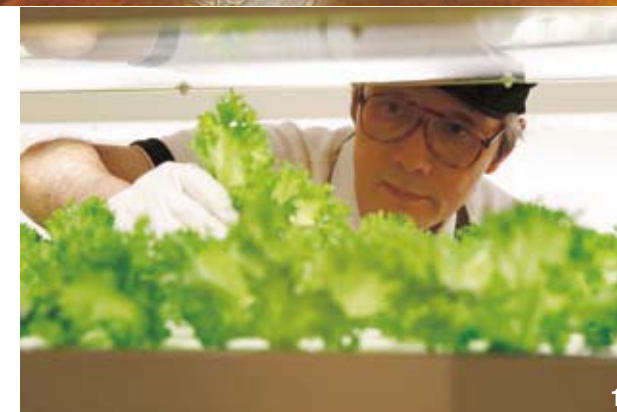


## Овощи, выращенные в здании на главной улице Современное производство овощей

Салат латук и руккола размещены в ярко подсвеченных светодиодными лампами стеклянных витринах вдоль коридора. В действительности это овощная ферма, расположенная внутри магазина канцелярских и художественных принадлежностей «Гиндза Итоя». Ферма была открыта в 2015 году после реставрации, благодаря которой простой магазин канцелярских товаров стал местом, где посетители отдыхают и получают удовольствие.

Здесь применяется гидропонный метод культивации, при котором растения выращиваются в воде и питательном растворе. Так как почва в данном случае не используется, то овощи не страдают от болезней или пагубного влияния пестицидов, необходимость в которых пропадает. Более того, с помощью информационных технологий обеспечивается автоматическое поддержание оптимальных температуры воздуха и воды, концентрации удобрений, количества часов дневного света, обеспечиваемого светодиодным освещением. Вследствие этого достигается стабильно высокое качество овощей, а покупатели могут рассчитывать на регулярные поставки свежей продукции.

Выращенные здесь овощи поставляются расположенным выше ресторанам, а некоторое их количество идёт на продажу. Известные «свежестью и отличным вкусом» овощи чрезвычайно популярны среди покупателей, кроме того, все большее число людей заглядывает в магазин по дороге домой с работы или просто во время шопинга, просто чтобы полюбоваться как они растут.



1. Главный специалист Моримото Кацуси собирает урожай салата латук.
2. Свежие овощи в меню ресторана на 12 этаже.
3. Покупатели могут также приобрести овощи на стойке с напитками на первом этаже.





### Ампан

(разработан в 1874 году магазином «Гиндза Кимура»)

Это классическая японская булочка с начинкой из сладкой бобовой пасты. Тесто для этих булочек готовится с использованием *сакаданэ* (дрожжевой культуры, получаемой путём смешивания рисового солода и воды), благодаря чему оно имеет примечательный чуть сладковатый с легкой кислинкой вкус и мягкую текстуру.



## Знакомьтесь: самобытный токийский хлеб!

С самого момента распространения культуры потребления хлеба в Японии в 19-м веке Токио завоевал репутацию места, где появляются уникальные виды и сорта хлеба, не встречающиеся нигде на Западе. Сегодня они являются неотъемлемой частью японской гастрономической традиции, сохраняя неизменную внешнюю форму, но при этом непрерывно совершенствуясь во вкусовых качествах. Оцените вкус токийского хлеба с его традиционным, но постоянно улучшающимся вкусом.

Фотографии: Курихара Осаму



### Булочка с короккэ

(разработана в 1927 году магазином «Тёсия»)

*Короккэ* – японское название обжаренной в панировке котлеты, приготовленной из смеси мясного фарша, измельченного лука и картофельного пюре. Такую котлету обваливают в панировочной крошке и обжаривают в масле. Если положить такую котлету внутрь разрезанного вдоль пополам хлеба, получится булочка *короккэ*.



### Булка с якисобой

(разработана в 1950-х годах магазином «Марудзю»)

Лапша якисоба, жаренная с мясом и овощами и заправленная особым соусом, подаётся в надрезанной посередине мягкой булочке. Считается, что этот вид хлеба впервые появился где-то в центре Токио в 1950-е годы. Такая веретенообразная форма булочек также была создана в Японии в 1919 году.



### Фруктовые сэндвичи

(Нихомбаси, «Сэмбикиа Сёхонтэн»)

Для приготовления сэндвичей свежие сочные фрукты, например, клубнику или папайю, кладут между двумя ломтиками хлеба, смазанными взбитыми сливками.



### Булочка с джемом

(разработана в 1900 году магазином «Гиндза Кимура»)

Сегодня такие булочки обычно пекут с клубничным вареньем, однако первоначально начинкой служил абрикосовый джем. Его кисло-сладкий вкус прекрасно сочетается с вкусом теста.



### Булочка «Черепашка»

(разработана в 1958 году магазином «Кимура»)

Хлеб, изготовленный в виде героев манга и анимэ, пользуется в Японии популярностью уже довольно давно, и интересно, что история этого хлеба начинается именно с булочки в форме черепахи. К этой же группе хлебобулочных изделий можно отнести булочки в виде крабика и осьминога.



### Пирожок карри

(разработан в 1920-х годах магазином «Кэттли»)

Обжариваемое в масле хлебобулочное изделие с начинкой карри. Снаружи у него золотистая хрустящая корочка из хлебных крошек, а внутри обычно начинка из мягкого на вкус японского карри. Пирожок довольно велик по размеру.





Место, где история и культура вплетены в пульсирующую ткань шумного города

# Уэно

Японское море

Осака

Токио

Тихий океан



Район Уэно предлагает посетителям самые разнообразные развлечения: от шопинга и ресторанов до созерцания произведений искусства. Приглашаем вас посетить это особенное место, где шум и суета города соседствуют со спокойной и умиротворяющей атмосферой учреждений культуры и искусства.

Фотографии: Курихара Осаму, AFLO, PIXTA, shutterstock



1, 2. «Исэото» – знаменитый старый магазин, торгующий сушеными продуктами (основан в 1860-е годы). На его витрине размещается большое количество различных продуктов, к примеру, *кацуобуси* (хлопья сушеной копченой рыбы бо-нито), неотъемлемого ингредиента многих блюд японской кухни.  
3. В ассортименте магазина «Ники-но Каси» более 8 тысяч видов сладостей и закусок.  
4. Подбадриваемый энергичными окликами продавцов, поток покупателей на улице Амэёко никогда не иссякает.  
5. «Ёсикиэ» – магазин свежих морепродуктов на улице Амэёко, предлагающий самый широкий ассортимент товара в районе.  
6. Свеженарезанные фрукты на продажу  
7. Магазин «Мансо» привлекает покупателей большим выбором качественных изделий из кожи.





В центре, слева: Государственный музей западного искусства, открытый в 1959 году. Спроектированный известным архитектором Ле Корбюзье, в 2016 году он был включен в список всемирного наследия ЮНЕСКО. © Государственный музей западного искусства  
Справа: впечатляющая экспозиция чучел животных и скелетов динозавров в Государственном музее природы и науки в Токио.  
Фотография предоставлена Государственным музеем природы и науки, Токио

Уэно находится на линии Джэй-Ар Яманотэ, в 10 минутах езды на поезде от станции Токио. Здесь расположен один из самых известных и многолюдных торговых районов Амэко, соседствующий с парком Уэно – средоточием культуры и искусства. Два столь непохожих, и в то же время неотделимых друг от друга облика Уэно являются причиной немеркнувшей привлекательности этого района в прошлом и в наши дни.

Вначале, после Второй Мировой войны, Амэко был рынком под открытым небом. Сегодня здесь выстроились в ряд магазины, предлагающие самые разные товары: продукты, предметы повседневного потребления, одежду и аксессуары, – а также рестораны. В центральной части Амэко расположилось около 400 магазинов, всего же в районе их насчитывается примерно 1200.

Интереснее всего исследовать Амэко, просто доверившись своему любопытству. На главной улице расположились известные старые магазины, к примеру, «Ники-но Каси», в ассортименте которого более 8 тысяч видов японских и импортных сладостей, а также «Исэото», магазин, известный первоклассным качеством хлопьев *качубуси*, сушеной копченой рыбы бонито, неотъемлемого ингредиента традиционного японского бульона. Рядом находится магазин свежих продуктов «Ёсиикэ», излюбленное место кулинаров и гурманов. Посетителям нравится оживленная атмосфера магазина, наполненного зазывающими окликами торговцев.

Улочка под железнодорожным мостом в стороне от

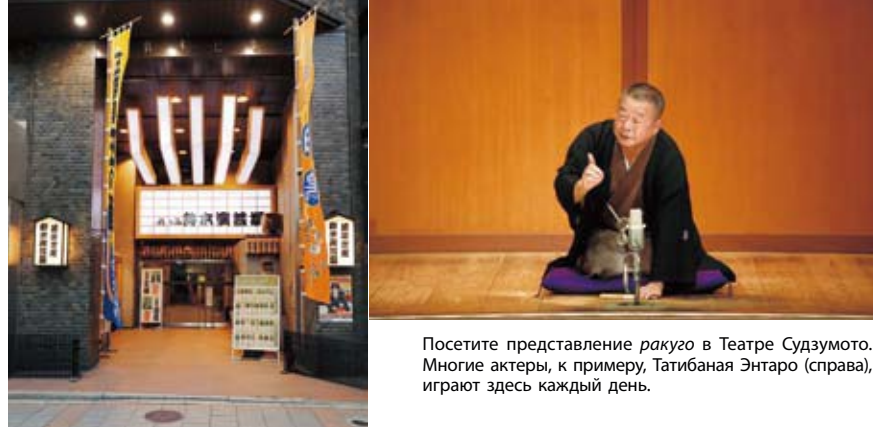
главной улицы застроена магазинами косметики, спортивной обуви, часов и канцелярских товаров. Здесь же расположен аккуратно спрятанный популярный магазин «Мансо», предлагающий продукцию из кожи: сумки и аксессуары. Прогулка по этим магазинам под звуки гремящих над головой поездов, безусловно, станет увлекательным опытом.

Короткая прогулка от Амэко на север мимо станции Уэно приведет вас к пышному зелёному пространству парка Уэно. Разбитый в 1876 году на месте бывшей обширной территории храма Канэй-дзи периода Эдо (17–19 века), парк Уэно разместил на своей территории многочисленные культурные и научно-исследовательские учреждения и по сей день продолжает оставаться важным центром культуры и искусства Японии.

С 1882 года, когда впервые открыл свои двери расположенный на территории парка Зоопарк Уэно, он стал излюбленным местом прогулок с детьми, в выходные дни бегающими и играющими на просторных ухоженных лужайках парка. В парке Уэно можно беспрестанно развлекаться и узнавать новое, ведь здесь находятся семь музеев и художественных галерей, включая Государственный музей



Слева: расположенный в парке Уэно пруд Синобадзу.  
Вверху: пятиярусная пагода прежде находившегося здесь храма Канэй-дзи являет собой традиционный для 17-го века архитектурный стиль.  
Справа: в Зоопарке Уэно обитает более 350 видов животных, включая панду и слона.  
Фотографии: Ассоциация токийских зоопарков



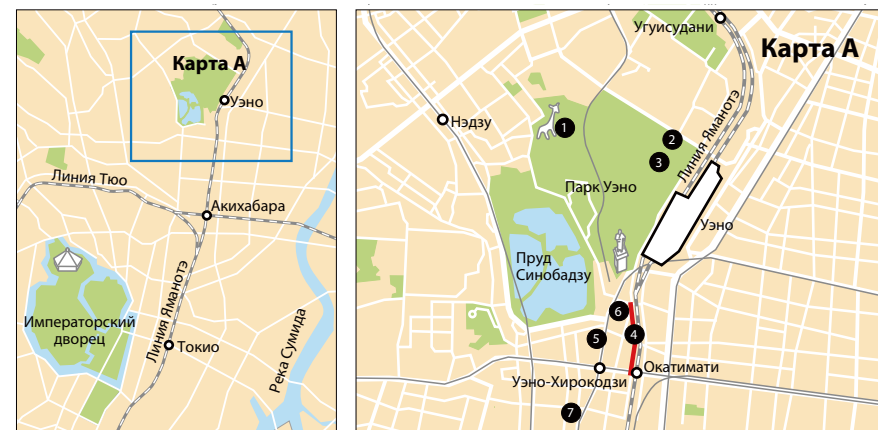
Посетите представление *ракуго* в Театре Судзумото. Многие актеры, к примеру, Татибана Энтаро (справа), играют здесь каждый день.

западного искусства, спроектированный прославленным французским архитектором Ле Корбюзье и включённый в список Всемирного наследия ЮНЕСКО, а также Государственный музей науки, знаменитый своей коллекцией скелетов динозавров.

Местные жители с любовью называют парк Уэно «Горой». Весной сюда приходят любоваться цветущей сакурой, а летом невероятно красивыми лотосами в полном цвету на пруду Синобадзу. Туристам, желающим в полной мере насладиться самобытными сезонными традициями и глубже познакомиться с японской культурой, стоит заглянуть в Театр Судзумото и посмотреть представление *ракуго* в старинном жанре рассказывания историй. Это уникальный в котором единственный рассказчик ярко играет всех персонажей, умело пользуясь речевой интонацией и



Слева: «Михаси Хонтэн» – это традиционное кафе в японском стиле, открытое в 1948 году. Самое популярное местное лакомство – *аммицу* (десерт из желе, красной бобовой пасты, и сладкого коричневого сахарного сиропа и других ингредиентов) – остается неизменным со времен основания кафе.  
Вверху и справа: популярный магазин японских сладостей «Усагия», основанный в 1913 году. Непременно попробуйте местные свежеприготовленные *дораяки*.



## Карта района Уэно

- ① Зоопарк Уэно
- ② Государственный музей природы и науки, Токио
- ③ Государственный музей западного искусства
- ④ Амэко
- ⑤ Театр Судзумото
- ⑥ Михаси Хонтэн
- ⑦ Усагия

• **Проезд**  
Около 60 минут поездом линии Кэйсэй от аэропорта Нарита до станции Уэно.  
• **Дополнительная информация**  
Официальный путеводитель по Токио  
GO TOKYO  
<https://www.gotokyo.org/en/index.html>  
Зоопарк Уэно  
<https://www.tokyo-zoo.net/english/index.html>





Сувениры из



Японии 19

Практично и весело

## «Съедобные» украшения и аксессуары

Фотографии: Осака Сатоси

Миниатюрные модели пищевых продуктов первоначально предназначены для витрин ресторанов. Они изготавливаются из синтетической резины в размере один к одному и используются в ресторанной индустрии уже с 1920 года. Секрет их реалистичности кроется в скрупулезной технике исполнения каждого отдельного изделия. Сначала выбирается блюдо из меню, затем начинается процесс производства модели, включающий несколько этапов: снятие слепка с реального объекта, нанесение краски кисточкой или пульверизатором, запекание в печи.

В последние годы подобные миниатюрные фигурки получили популярность ещё и в качестве украшений и аксессуаров. Карты памяти USB в форме жареных креветок, серьги в виде суси, подставки для смартфонов в форме тарелки для рамэна, линейки в виде кусочков пиццы и так далее: несмотря на небольшой размер, все эти предметы выполнены очень реалистично. Преподнесенный в качестве подарка, такой практичный и одновременно забавный аксессуар несомненно вызовет улыбку на лице ваших близких.

niponica

にぽにか  
〈ロシア語版〉

no.28

Министерство иностранных дел Японии  
Касумигасэки 2-2-1, Тиёда-ку, Токио 100-8919, Япония  
<https://www.mofa.go.jp/> (официальный веб-сайт Министерства)  
<https://web-japan.org/> (веб-сайт, предоставляющий информацию о Японии)