

УДК338(520)

Костриця Н.Р., студентка 1 курсу гр. ТЗ-11, ФБСО
Науковий керівник: к.і.н., доц. кафедри туризму та готельно-ресторанної справи Любченко В.В.
Державний університет "Житомирська політехніка"

Японія як популярний напрямок гастротуризму

Гастротуризм набуває все більшої популярності у світі, і Японія посідає особливе місце серед найпривабливіших напрямків для поціновувачів вишуканої їжі. Її кухня стала символом не тільки для місцевих жителів, але й для туристів, які приїжджають до країни, щоб пізнати унікальну культурну спадщину через страви. Відомі кулінарні традиції Японії, її увага до деталей, простота і повага до сезонних інгредієнтів формують особливий гастрономічний ландшафт, який щороку приваблює мільйони туристів. Однією з ключових рис японської кухні є її прив'язаність до сезонності. Японці глибоко шанують зміни в природі, і це відображається в їхніх стравах. Меню ресторанів змінюється протягом року, щоб підкреслити найкращі сезонні інгредієнти. Наприклад, весна в Японії асоціюється з цвітінням сакури, і в цей час популярні страви зі смаком сакури — від легких закусок до солодощів. Літо приносить на стіл свіжі морепродукти, такі як морські їжаки, тоді як осінь дарує теплі, насичені грибні страви з ароматом мацуtake. Зимовий сезон відзначається гарячими стравами, такими як супи на основі м'яса або традиційна японська страва набемоно, яка зігріває в холодну пору. Токіо, як столиця, є справжнім гастрономічним центром, де поєднуються кулінарні традиції з усієї країни. Це місто має найбільшу кількість ресторанів із зірками Мішлен (Суші Маруфуку, Суші Ринда, Ганза Коджю, **Esquissey**, Сукіябасі Джіро, М'ясака, Ісікава, Ічірін) у світі, що робить його одним із головних світових напрямків для гастротуристів. У Токіо туристи можуть спробувати страви з усіх регіонів Японії, не покидаючи міста. Від рамену з Саппоро до морепродуктів з Окінави — місцеві ресторани пропонують широкий вибір смаків. Особливої уваги заслуговують токійські шеф-кухарі, які вміло поєднують традиційні рецепти з сучасними кулінарними техніками, створюючи інноваційні страви, що підкорюють навіть найвибагливіших гурманів. Крім Токіо, гастротуристи також мають можливість досліджувати регіональні кухні, які відрізняються своїми унікальними інгредієнтами та стравами. Наприклад, на півночі в регіоні Хоккайдо варто скуштувати місцевий рамен і страви з морепродуктів, які вважаються одними з найсвіжіших у світі. У Фукуоці туристам запропонують традиційний Хаката рамен, який відомий своїм насиченим і вершковим смаком. На півдні, в Окінаві, можна скуштувати гоїя чампуру — страву, яка відображає дух острова і його кулінарні традиції. Окремо варто згадати про японські солодощі, які є невід'ємною частиною гастротуризму. Японські десерти значно відрізняються від європейських: вони мають менше цукру, натомість акцент робиться на естетичній привабливості страв. Одним із найвідоміших видів солодощів є мочі — рисові тістечка з різними начинками, які можуть змінюватися залежно від сезону. У Японії популярні десерти зі смаком матчі (порошковий зелений чай), а також страви з використанням юзу — цитрусового фрукта, який додає освіжаючої кислоти. Японська кухня визнана однією з найкращих у світі, і це підтверджують не лише кількість ресторанів з міжнародними нагородами, але й популярність японських інгредієнтів та страв за межами країни. Відомі на весь світ інгредієнти, такі як м'ясо, соєвий соус, комбу (морські водорості) та васабі, стали частиною багатьох кухонь. Японські шеф-кухарі не лише використовують ці продукти, але й демонструють особливу увагу до їх приготування, зберігаючи їхній первісний смак і текстуру. Що робить Японію особливо привабливою для гастротуристів, так це поєднання традицій та інновацій. З одного боку, стародавні рецепти та кулінарні практики передаються з покоління в покоління, зберігаючи автентичність. З іншого боку, сучасні японські шеф-кухарі активно експериментують з новими техніками і комбінаціями інгредієнтів, створюючи нові страви, які залишаються вірними японській філософії кухні — простота, гармонія і повага до природи.

Таким чином, Японія є не лише країною з багатою історією та культурою, але й справжньою Меккою для гастротуристів. Від традиційних страв до сучасних кулінарних шедеврів, кожен турист зможе знайти щось особливе для себе. Гастротуризм у Японії — це не лише про їжу, це про занурення в культуру, філософію та життя цієї дивовижної країни.

Список використаних джерел:

1. Японська кухня: <https://bonduelle.ua/stattva/japonska-kuhnja>
2. Японська кухня- національні традиції харчування: <https://turpoisk.ua/ua/statii/yaponska-kukhnia>
3. Історія японської кухні: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%8F_%D1%8F%D0%BF%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%97_%D0%BA%D1%83%D1%85%D0%BD%D1%96
4. Найкращі ресторани Японії, які варто відвідати: Кулінарний путівник: <https://internationaldriversassociation.com/uk/blog/best-restaurants-to-check-out-in-japan/>
 Традиційні японські солодощі: <https://www.wokshop.com.ua/article/tradicionnye-yaponskie-sladosti/>