

にしっこ 西っ子のみなさんへ 122 11月24日

今日、11月24日は「鰹節の日」です。鰹節の最大手「ヤマキ」が「いい（11）ふ（2）し（4）」の語呂合わせで制定しました。

「ヤマキ」は、堅い鰹節を花びらのようにふわりと削った「花かつお」の製造を今から100年ほど前に始めた会社です。

「鰹節」は、カツオの肉を加熱してから乾燥させた日本を代表する保存食品です。鰹節から取れる「かつおだし」は和食づくりに欠かすことができません。かつおだしは豊かな風味とうま味をもっていますが、主なうま味成分は「イノシン酸ナトリウム」という物質です。「すまし汁」や「茶碗蒸し」などは、このうま味が主役となる料理といえます。

また、鰹節や削り節やそれらを醤油などで味付けしたものを「おかか」と呼び、おにぎりの具材としても使われていることはみなさんも知っていますね。



鰹節はカツオの切り身を乾燥させてつくりませんが、ふつうに乾燥させただけではあそこまでは堅くはなりません。鰹節づくりに欠かせないのが「カビ」です。鰹節づくりに使うのは、良いはたらきをするカビ（学識名：ユーロティウム）です。これ意図的につけることで悪いカビから鰹節を守っています。

昔の鰹節は今のものより水分を多く含んでおり、カビが発生しやすい食べ物でした。江戸時代には流通網が発展し全国各地で鰹節が使用されるようになりましたが、保存する技術が発展していなかったため、悪いカビの影響を多く受けました。そこで、良いカビをわざと付けて悪いカビが付くのを防ぎました。カビを付けることで、保存できる期間が大幅に伸びたとともに、カビのはたらきで、特徴のあるうま味成分を含む品物になったのです。

カビが増える時、菌糸（クモの糸みたいなもの）を鰹節の中に伸ばし、含まれている水分を吸収します。水分が使われるため乾燥し腐りにくくなるとともに、とても堅くなっていきます。完成すると世界一堅い食べ物になります。

また、カビが増殖することでうま味が増します。これは、カビが作り出す酵素によって鰹節のタンパク質がアミノ酸に分解され、アミノ酸がさらに分解されてうま味成分に変化するためです。また別の酵素が脂肪を分解して香りの素をつくりだします。鰹節には70種類以上の香り成分があるといわれています。それらの香りが複雑に絡み合って鰹節特有のとてもよい香りになっています。

われわれが使っている醤油やみりん、酒等の調味料も、良いカビをうまく使って作られている食品です。