

【ものづくり 人づくり 地域づくり】

2013 秋の強化月間つし企画 (食と暮らしの見直しシリーズ・その2) 夏の疲れに効く!

基礎調味料&疲労回復飲料 「お酢」 を考える。

「米づくり、酒づくり、お酢づくり」創業明治二十六年 京都・飯尾醸造のお酢



創業明治 26 年 (1893 年) の飯尾醸造。右から四代目の飯尾毅夫妻、五代目の飯尾彰浩夫妻。伝統を守ります。



昭和 39 年から開始している無農薬米作り。大型機械が入れない棚田は人手がかかりますが、他からの生活排水や農薬被害も回避できます。また昼夜の寒暖差が最高の味わいを持つ米に育てます。



その大切に育てた「新米」だけで「酒」(酢もともろみ)を造り...



その後、約 400 日かけて酢を造ります。

やっぱり、しっかり発酵させたお酢が「お酢すめ」!

日本海に面する京都府宮津市で 120 年続く飯尾醸造。現在、8 時間から数日で出来てしまうお酢(速醸。全面発酵法)が主流の中、古式の「静置発酵法」で 100 日かけて発酵。さらに 300 日かけて熟成させるお酢づくりを続けています。

飯尾醸造のお酢は、棚田で作られる無農薬のお米作りから始まり、お酢の元となる「酒」(酢もともろみ)を造り、その後じっくりお酢になるのを待ちます。

一般的な米酢は 99% が酢酸である一方、飯尾醸造のお酢は酢酸の他に、乳酸、コハク酸、リンゴ酸など夏の疲れた身体が喜ぶ成分がいっぱい詰まっています。

8 月 4 回はここにも注目!

夏休みもいよいよ終盤。カタログの中面も新学期を意識した内容に徐々に変わります。

さて、今回は特集企画が見逃せません!

■ 15 ページ

新工場がついに本格稼働!

宮城・高橋徳治商店特集

焼き物のラインが復活し、今回は震災後初めての「笹かまぼこ」が登場!

■ 16 ページ

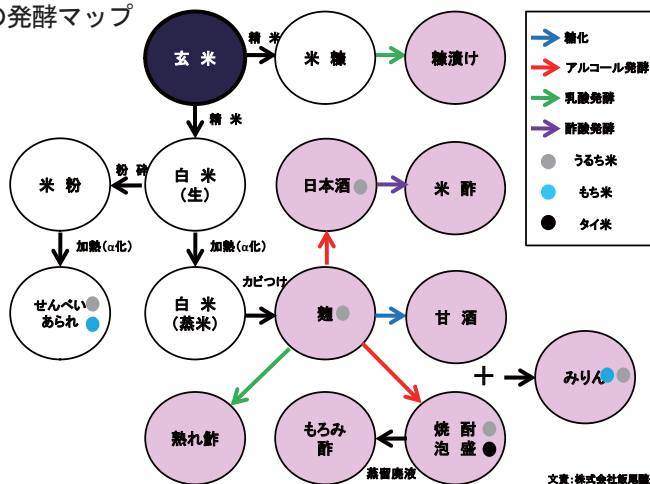
常総生協職員おすすめ!

自慢の一品大集合!

数ある「お気に入り」の中でも「1 品だけ」を選んでご紹介。特に、新しい組合員さんは購入の参考にしてみてください。

2013 食と暮らしの見直し(その2) 7/13 京都の老舗お酢屋 飯尾醸造による 「お酢の上手な使い方・勉強会」開催

米の発酵マップ



飯尾醸造・秋山さん
取引先への営業も行っていますが、普段は飯尾醸造の「蔵人」の一人でお酢やお酒を造っています。



当日は参加が多く、部屋には入りきらないことから生協本部の1F広場で開催することに。

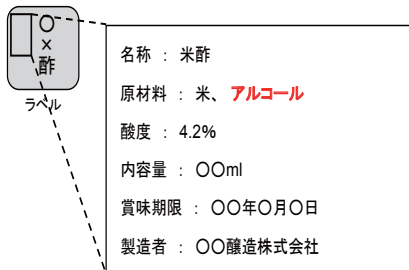
お酢とは酢酸を含む酸味のある調味料

米酢は、まず玄米を精米して蒸した後、酵母を加えてお酒を造ります。そのお酒に種酢と酢酸菌を加えて米酢が出来上がります。つまり発酵食品の中でもお酢は「お米からアルコール発酵させてお酒」→「お酒から酢酸発酵させてお酢」と2回の発酵の過程を伴う、とても手間のかかる製法です。

もろみ酢は米酢とは違い、一般的に焼酎や泡盛などを作る際の残ったものに黒糖やブルーベリーなどを入れて作ります。酢酸発酵の工程がないためお酢とは呼ばず、清涼飲料水になります。

II. 酢の選び方 —原材料—

◇原材料欄に「アルコール」の表示がないことを確かめる



原材料にあるアルコールって

お酢はお酒から造るのに、お酢の方が安いのは何故でしょうか。それはさとうきびやトウモロコシなどから作った安い醸造用アルコールを仕入れ、それからお酢をつくるからです。その場合は原材料に「アルコール」と表示されます。

飲み比べ！酸っぱいのはどれ？ でも酸度は同じ… 違いは一体何なのか！

飲み比べてみると味の違いは歴然。一般のお酢は酸味が強く感じられます。米酢や黒酢の酸度は法律で4.2%と決められています(リンゴ酢などの果実酢は4.5%)。玄米黒酢は文字通り玄米から作ったもの。米酢に比べ、アミノ酸も豊富で身体にとっても良いですが、和食などに使うと風味が勝ってしまうこともあるので希釈しての飲用がおすすめです。



II. 酢の選び方 —原材料の「量」を比較—

◇たっぷり原材料を使うことで旨みがつくれる



勉強会では、市販のお酢を含め8種類のお酢の飲み比べをして、それぞれの特徴を確認しました。

一般的に「米酢」と呼ばれるものは

「米酢」は、「JAS法」上ではお酢1リットルにつき米40g以上使用したものとされています。他方、飯尾醸造の「純米富士酢」は200g(「富士酢プレミアム」は320g)の米を使用しています。酸度が同じでありながら酸っぱさを感じない飯尾醸造のお酢は、まろやかな旨みとコクが感じられ、後味がしっかり残ります。これが原料由来の味です。しかし、そのクセがあります。このクセを解消したのが「富士酢プレミアム」。原料由来の甘味や旨味が酸味を上回り、マイルドに仕上がっています。

また製造方法では機械によって強制的に発酵させる「速醸方式」と、表面に酢酸菌を浮かべ、自然の力で時間をかけて発酵させる「静置発酵」があります。後者は、発酵時間や熟成期間を長くすることにより、まろやかな旨味の多いお酢に仕上がります。

II. 酢の選び方 —製法—

◇発酵			
表示	発酵方法	日数	メリット/デメリット
(全面発酵) 記載なし	空気を強制的に送り込んで、液全体で発酵させる	1~2日	大量生産できる しかし、アミノ酸や有機酸、 香気成分が乏しいため、 コクがなくツンとした酢である
こぼし 静置発酵	表面に菌膜をつくり、空気に触れる面のみで、じっくりと発酵する	1ヶ月以上	アミノ酸、有機酸が豊富に含まれるため、コクや旨味の多いお酢ができる 時間と手間がかかるため、 たくさん量を造れない

米づくり、酒づくり、お酢づくり を实践する飯尾醸造



京都の中心地から離れた日本海側・宮津の山間部にある棚田。地元の農家に通い、無農薬での栽培が始まる。近年では農家の高齢化と後継者不足から、蔵人自らが米作りにも取り組んでいます。

米づくり



酒づくり



蒸し上がったお米を冷まし、米粒に麹菌をまんべんなくまぶします。何度も手を入れほぐしながら麹をつくります。



お酢づくり



一般のお酢メーカーが強制的に空気を送り込んで数時間で発酵させるのに対し、酒（酢もとろみ）の表面に蔵で出来上がった「酢酸菌膜」を浮かべ、じっくり時間をかけて昔ながらの静置発酵でお酢にしていきます。



一般のお酢メーカーがお酢を造るのに1ヵ月半～2ヶ月で製品になるのに対して、飯尾醸造では半年かけて米を作り、ひと月半かけて酒を造り、さらに3～4ヶ月の酢酸発酵と8カ月の熟成を経てお酢をつくる。この工程を全て自社で行っている希少なお酢屋さんです。

同時にいち早くお米の無農薬栽培を呼び掛け、地元の棚田を守るという強い使命感を持ちながら、誠実に丁寧にお酢造りに取り組んでいます。



左から5代目・彰浩夫妻と4代目・毅夫妻

食と暮らし見直し 「お酢の使い方」

～酢には酸味をつける以外にも様々な使い方があります～



減塩



臭み消し



食感



発色



苦味抑制



殺菌・防腐



味のバランス



甘み抑制

今回のカタログ(8月4回)



- 289番 純米富士酢
- 292番 富士玄米黒酢
- 293番 富士ピクル酢

をご紹介します。

※次回カタログ(9月1回)では「富士すのもの酢」、「紅芋酢」を企画しています。

お酢を積極的に料理に活用しましょう!

必見 今回試食した料理の中でも好評だった「トマトとさば缶のスープ煮」を紹介します。



今回の勉強会での 耳寄り情報

「ゆでたまごをピクル酢で浸けてみて」
手軽に一品作れます。



293番



329番

材料

- ・トマト(中)…3個
- ・さば水煮缶(180g)…1缶
- ・玉ねぎみじん切り…1/3個
- ・にんにくみじん切り…1/2片
- ・オリーブ油…大さじ1

調味液

- ・純米富士酢…小さじ2
- ・オレガノ…適量
- ・塩…小さじ1/4
- ・こしょう…少々

作り方

- ① トマトは湯むきして、1個を6つに切る。
- ② フライパンにオリーブ油を入れ、弱火でにんにくを炒める。にんにくの香りが立ってきたら玉ねぎを加えて、中火で炒める。
- ③ 玉ねぎが透明になったところでトマトを加え、さらに軽く炒める。
- ④ いったん火を止めて調味液を加え、汁けを切ったさばを加えて、さらに1～2分煮込む。さばが温まれば出来上がり。



【8月は平和を考える月間】 ※(5/28～6/2) つくばで開催されました「親子で知ろう戦争と暮らし展」で紹介されたお話を順次紹介しています。

いつの時代も女性と子どもが犠牲となる戦争（続き）

語り手 江口昌子さん（つくば市在住組合員）

（前回からの続きで、江口さんが旧満州から日本に引き揚げるまでのお話です）。

■長春（1945年8月～1946年初夏）

私たちは長春でひと冬過ごしました。様々な出来事の中で忘れられないのは、家の中から垣間見た人民裁判です。裕福な服装の男性が町中を引き回されてフラフラになっていました。予め土を盛り上げて柱を立ててあり、そこに吊され、周りを取り囲んだ人たちは、口々に何かを罵り石を投げたりしていました。

年が明けて春が近くなった頃、長春は国共の内戦の戦場になりました。ある晩、共産党の兵士たちが大勢家の中に入ってきました。持ってきたお米でご飯を炊いて欲しいということでした。

この時、私の家の中で大変不幸な出来事が起きました。私たちは2軒続きのコンクリート建築の家に住んでいて、万一に備えて奥の部屋の押し入れの壁に穴をあけて、行き来が出来るようにしてありました。隣の部屋の兵士たちはとても静かでしたが、突然お隣の家の方から足音が聞こえ私たちの隠れていた部屋の前で止まりました。そして、その家の小母さんの「しかたがない。行きなさい」というくぐもった声がありました。行きなさいと言われたのは、隣家にきていた15か16歳の人でした。それからものの数分もたたないうちにか細い叫び声が聞こえました。今でも私の体の中に響いています。

■満州からの引き揚げ船

敗戦の翌年の初夏、日本に帰られることになりました。帰国には4か月かかりました。何しろ短期間に105万人の日本人を帰国させる大事業だったのです。

嵐の玄界灘をとおり過ぎたある日、「甲板に出なさい。水葬だ。」と誰かに声をかけられました。船で死んだ人は絶対に陸に揚げないということは知っていました。船倉から甲板まで、いくつもの階段を這い上がって行ったら、今まさに遺体が海に降ろされる所でした。まもなく日本の陸地がうっすらと見えました。

.....

■私も紙一重でした～奉天の孤児収容所～



これは南満州の奉天のお寺にあった孤児収容所です。奉天からさらに当時の汽車で1日かかったコロ島から日本への引き揚げが行われました。



どのようにしてこのお寺に孤児達が収容されたのか、経緯はいろいろありますが、ひとりでは帰国できない子ども達をこのお寺に大勢収容したのです。こうやって寝ている子ども達は、今では70代半ばくらいでしょうか。



ここまでたどりつけなかった多くの子ども達があります。それが残留孤児と言われる人達です。その他に数え切れない幼い命が混乱の中で奪われました。

私も紙一重の経験をしました。乗船を半日以上も待つ数千人が並んでいる列の中で、つないだ手がすり抜けて、家族を見失ったのです。指示をしているマイクのところへ夢中でバーツと出て行って、名前と年齢と親の名前を叫んだら、兄を連れてきてもらえました。

■親が子の命を守れない状況

話はずっと前に戻りますが、1945年の8月9日、各地で、幼い子ども達が母親の手にかけられました。子どもは殺せという指示を出されたという女性の話を後に聞きました。指示がなくてもそうであったことを私たちも体験しました。すし詰め無蓋車の中で幼い妹が小さな声でキューと泣き声を出してママーと言ったとき、周りの男の人が暗闇の中で「口をふさげ。飛行機に聞こえる」と脅かしました。聞こえるはずはずはないのだけれども、それくらい殺気立つのです。

何が怖かったか。はぐれる、周囲の女性が連れて行かれる、乱暴される。そのことが空腹よりよっぽど恐怖でした。

つたない話してごさいました。

※文中の写真は写真集「小さな引揚者」（飯山達雄・著）より。

江口昌子さん
1935年、東京生まれ。
1938年から終戦後まで満州で過ごす。1946年帰国。
元、小・中学校の教諭。1985からつくば市在住。
常総生協組合員。

