

## 味な提言

### 第1回 豆腐の話 「たかが豆腐、されど豆腐」

豆腐はどこの家の冷蔵庫にもある、日本の食卓のポピュラーな食品の一つです。そんな、何げなく食べている豆腐の魅力ある一面を「味な提言」させていただきます。

豆腐の発明者は、中国前漢時代の淮南王・劉安のほか、諸説あります。いずれにせよ、中国南部で生まれた伝統食品に間違いはありません。「腐」という漢字が使われることを間違いと思われがちですが、中国語で「腐」とは、やわらかくてぶよぶよしたものという意味からもうかがい知れます。

日本には朝鮮半島を経て奈良時代に遣唐使によって伝えられました。その後、台湾・琉球ルート、朝鮮戦役後の土佐ルートからも伝わりました。当初、貴族や僧侶の高級食材でしたが、江戸時代に庶民の食材として広く食べられるようになり、豆腐を扱った日本初の料理本「豆腐百珍」も江戸時代の発刊です。

豆腐は、大豆と凝固剤というシンプルな原料で作られる食品ですが、その製法は特異で、化学反応を利用していることは意外と知られていません。推測すると「劉安考案説」があるのは、不老長寿の新薬開発中にできたもので、すりつぶす、こし取る、混ぜ固めるという肯定の特異性が漢方薬の製法に通じるからでしょう。

日本と大陸との製法の違いは、おからを搾るタイミングが煮る前か後かです。日本式は濃厚な豆乳が得られ、冷ややっこに合う食感にできる沸騰後の煮沸後の压榨方です。

日本では、凝固剤はにがり(塩化マグネシウム含有物)が一般的ですが、中国ではすまし粉(硫酸カルシウム=石こう)を使います。食塩がにがりを含む海水塩に対し、中国はにがり成分の少ない岩塩であったため、石工を採用したからです。

にがりは、海水から塩の結晶を取った残液で、天然塩は放置することによりにがりの潮解性によって空気中の水分を吸って液化します。これを使い、江戸時代から全国で自家製豆腐が作れるようになったといわれています。



第二次大戦中、にがりがジュラルミン製造に用いる統制品になり、代用品としてすまし粉が使われるようになりました。凝固反応が遅く、簡単に製造ができ、戦後国内に浸透しました。しかし、うまみが出ないので、あっさりとした食味になり、戦前の味を懐かしむ声も多くありました。

近年、自然食ブームや技術改良が進み、一部でしか販売されなかったにがり寄せ豆腐も、一般のスーパーに並ぶようになりました。

千年以上の歴史を持ち、日本で改良されて育てられた豆腐や揚げ、がんも、生揚げなど、おとうふ屋さんにも並ぶ食品の良さをお伝えしたいと思います。  
たかが豆腐、されど豆腐。