

## 味な提言

### 第6回 がんもの話「ヘルシー感が受ける」

豆腐屋さんの商品の中で一風変わった名称が、関東で「がんもどき」「がんも」、関西で「飛龍頭」「ひろうす」「ひりうす」と呼ばれる加工品です。もともと僧侶の肉食を禁じた精進料理から生まれた「もどき料理」の一つとされています。

しかし、現代の「がんも」はどう食べても野鳥のガンの肉に程遠いものです。実は、江戸時代まで「がんもどき」といえば、こんにやくを素揚げにしたものを指しました。こんにやくは、加熱すると水分が飛んで固く締まるので納得できます。関東で「がんも」と呼ばれることを考えても、上方(京都)から聞かされていくうちに変わってしまったのでしょう。

関西の「飛龍頭」の語源は、ポルトガル語のフィリョース(小麦粉と卵を混ぜ油で揚げた菓子)とも言われています。「がんも」のごつごつした見た目が、龍の頭に似ているから、フィリョースに当て字を付けたのでしょう。京都で「がんも」の具材にギンナンを入れるのは、龍が握っているという玉や、目玉だとも言われます。

かつて、西三河の一部の地域は法要や葬儀、寺の行事の引き出物に、直径十五センチほどの「ひろうす」を使いました。昔、物資が豊富でなかった時代、皆で手作りした木綿豆腐に野菜を入れて油で揚げたものを、引き出物の一つにしたそうです。今では少なくなりましたが、「ひろうす」の代わりに油揚げをハスの花の模様のポリ袋に五枚入れたもので代用しています。これを「おひら」と呼び、語源は「ひろうす」が転じたものだと言われます。

「がんも」の作り方は、水切りした木綿豆腐におろした自然薯(山芋)をすり鉢でよくこね、ニンジン、キクラゲ、コンブ、ゴマなどの具材を入れて油で揚げたものです。豆腐屋さんの場合 120℃の低温槽と 180℃の高温槽で油揚げと同じように二度揚げします。こうすることで網目構造ができ、味染みや日持ちが良くなり、煮物に適します。

料理屋さんは、卵を入れるなどした軟らかい生地を、170℃くらいで一度揚げにし、表面はサクッ、中はフワッの食感で揚げたてをいただきます。「がんも」のように古来、木綿豆腐を水切りしたものが、各種の加工用原料に使われることが多くあります。



飛騨地方の保存食の「こも豆腐」は、水切り豆腐を良く練ってわらで包んでお湯で煮たものです。ほかにも、近海魚のすり身と合わせた鹿児島のかつま揚げや、鳥取の豆腐ちくわなども。豆腐とゴボウのすりおろしをノリに塗り、焼いてウナギのかば焼き風にした豆腐のかば焼きなど、料理メニューもたくさんあります。

豆腐が多く使われる理由は、何とでも相性のいい淡泊な味と軟らかい食感、手に入りやすい安価な材料だったからでしょう。最近では、お肉と合わせた豆腐ハンバーグなど、各種加工食材にも使われます。植物性タンパク、低カロリーといったヘルシー感が受けているようで、時代の変化を感じます。