

○ 今田 節子 藤田 真理子

(ノートルダム清心女大)

【目的】海藻にまつわる食習慣は日本を代表する食文化である。その一つの特徴として海藻成分だけでなく藻体自体を調理材料とすることをあげることができる。本発表では日本独自の海藻料理がいかにより工夫されてきたかを探り、その特徴を検討したので報告する。

【方法】西日本沿岸地帯の聞き取り調査結果および伝統的食生活が記録された『日本の食生活全集』（農文協）を資料に、福井県を含む近畿地方以西の海藻料理を収集した。そして、海藻ごとに加工過程と調理過程にみられる工夫点を具体的に探った。

【結果】①西日本地域において、褐藻類 15 種、料理 1050 例、紅藻類 22 種、料理 532 例、緑藻類 3 種、料理 113 例の海藻料理を収集した。②褐藻類は長時間蒸し煮にして組織を軟化し渋抜き後乾燥保存する、鉄鍋を使うと黒色がよい(ヒジキ、アラメ)、稲藁の灰や木灰に混ぜて乾燥すると変色を防ぎ、食感を向上する(ワカメ)、大豆や魚と組み合わせ旨味の向上を計る(コンブ)など、組織の軟化、味・色の向上を目的とした工夫が中心であった。③紅藻類では真水で洗い天日乾燥し脱色する(イギス)、塩をまぶして天日乾燥し紅色に発色させる(トサカノリ)、米糠汁、生大豆粉、大豆の茹で汁で溶解・ゲル化を促進する(イギス)、2種の紅藻を混合したり味噌漬けで食感を向上する(マクサ、オニクサ、エゴノリ、アミクサ)など、色の向上、溶解・ゲル化の促進、食感の改善に関する工夫が中心であった。④緑藻類では色・香りを生かした食べ方の工夫がみられた。これらの工夫は真水、太陽光線、火などの自然的要因、米糠、大豆、稲藁、柑橘類などの農作物、塩や味噌などの調味料を組み合わせたものであり、長年の経験から編み出されたものである。