

# 畑の肉 柔らかく変化

**食力**  
**自在**

## 大豆 ■ 豆腐

春の季節にだけ作られる豆腐がある。

札幌・藻岩山の麓で創業62年になる豆腐店・石田食品。水槽に流れる水音が涼しげな店頭には、鮮やかな色の豆腐が並んでいる。「桜豆腐」だ。一口味わうと、桜の風味と、大豆の甘みが口の中に広がった。

「使っている道産大豆は、特に甘みの強いユキホマシという種類なんです」と営業部長の原田政宣さん(41)。

数年前、取引先から「何か面白い豆腐を作ってみては」と持ちかけられ、思い浮かんだのが



「桜」だった。豆乳に桜の葉を漬け込み、食紅で色づけし、試行錯誤を繰り返して完成させた。店頭での一般販売は今年が初めて。1丁240円と高めだが、人気は上々だという。

大豆の原料の大豆は、全国の生産量の2割が北海道。道内では明治の初期に道南で作られ始め、明治中期に十勝で定着した

といわれる。最近では水田の転作で栽培されるものが多く、空知や上川地方が主産地だ。道産のほぼ4割はユキホマシ。甘みが強いので、煮豆などに使われることが多いが、石田食品は、他の店とは違った特徴のあるものをつくり、甘みが出るこの種類を使った豆腐を作ろうになったという。

その道産の中で、ここ数年来注目されているものの一つに「黒千石大豆」がある。かつて飼料用などとして十勝などで栽培されていたが、輸入品に押され1970年代に栽培が途絶えた「幻の大豆」だ。だが、残っていたわずかに50粒の種子をもとに岩手県で栽培が復活したことを知った北竜町の村井宣夫さん(78)らが6年前に種子を取り寄せ、栽培を始めた。



やさいいピンク色の桜豆腐。札幌市中央区南20西12、古本美奈子撮影。黒千石大豆

### 5大栄養素すべて含む

大豆 原産地は中国。5大栄養素(たんぱく質、炭水化物、脂質、ビタミン、ミネラル)をすべて含む。「畑の肉」「大地の黄金」などとも言われる。英語では「ソイビーン」。しょうゆ(ソイソース)の原料になる豆(ビーン)の意味だ。江戸末期に黒船で開国を迫ったペリー提督も日本から持ち帰り、米国内で広めたという。

### 豆 知 識

世界の最大生産国はその米国。日本の生産量は約26万トン(2008年)で、約2割が道産大豆。国民1人当たりの年間消費量は6・8kgで、需要量に対する国内生産量は(自給率)は5%程度。豆腐やしょうゆのほか、納豆、きな粉、煮豆、枝豆、みそなどに姿を変えて食卓に上る。油の原料にもなり、まさに「千変万化」の食材だ。

「もちろ輸入の大豆の豆腐もあります。人の好みもあるし、どんな料理を作るかにもよりますが、道産の豆は甘みがとてもいいんです」と原田さん。店では道産大豆を使ったお茶も売っているが、その香はしさも好評だという。

昨年、近くの小学校の食育の時間に豆腐作りを教えたときも、輸入と道産の大豆でつくった豆腐を食べ比べてもらった。「道産の方が甘い」と、その違いに驚く子どもたちを見ながら、

「最初にこの豆を見たとき、『あ、1と思ってたね。子どもの頃、ばあちゃんが『きな粉にしたのまじり豆じゃ』と言っていた、その豆だったんです。』と村井さん。北竜町をどり町の豊家で「黒千石専業協同組合」も結成、村井さんが会長になり、生産計画や種子の供給などにあたっている。

通常の黒大豆よりも粒が小さいが、栄養価は高い。2008年には大学教授らがマウスの実験をもとに、黒千石に免疫のバランスを調節する機能があると発表。これに注目した味背牛町の豆腐店経営、高田英美さん(58)は「黒ちゃんとうふ」を製造した。「甘みが少し強いですがね。体にいいからと、わざわざ札幌や十勝から買いに来るお客さん多いんですよ」。

北竜町では「道の駅」のレストランや売店に黒千石を使った料理やお菓子などが並ぶ。様々な食品会社からの引き合いも増えており、その広がりに期待する村井さんは、今月初めの組合の役員会に黒千石の炊き込みご飯や煮豆などを出した。

「将来、そんな料理を出す『黒豆食堂』ができればと思っただけでなく、健康効果が注目されるだけでなく、黒千石は幸寿も近い村井さんの心も元気にしているよ」。

(取材担当) 水戸野下