

「発酵食品について」

舞昆・鴻原社長をお招きして学習会

旨味と栄養バランス

昆布の発酵 府大との研究で成功

8月30日午後1時30分より本部事務所にて、株式会社舞昆の鴻原森蔵社長様による「発酵食品について」の学習会が開催されました。

昨年の12月に工場見学をさせて頂いたとき、昆布について教えていただきましたが、今回は特に「発酵」について詳しく説明していただきました。発酵食品である「舞昆」は三回の発酵を経て商品となる



日本主婦連事務所で行われた学習会



舞昆の原料となる昆布は函館噴火湾近くで育つ

た真昆布を使用。甘みが強くてミネラル豊富な昆布をアケビの花びらからとった「天然酵母」で熟成。パイナップルやリンゴ、桑葉、菊芋、発芽玄米などを入れ、昆布と一緒に熟成、出来あがった発酵エキスには素材の旨みと一緒に健康成分も凝縮され、これで昆布を煮こむとまろやかな味になります。直火釜を使って、とろ火でゆっくり煮こむことでおいしさもじこめ塩昆布風発酵食品「舞昆」ができあがります。できあがった昆布をさらに一ヶ月ねかせてから出荷する事になります。発酵とは微生物が繁殖

をくり返し、もともとの食材の成分を変化させる事を言い、食材を発酵させる微生物が「善玉菌」、腐食させる微生物が「悪玉菌」です。発酵には「旨味を作り出す」「栄養バランスを作り出す」という働きがあります。例えば醤油は大豆と小麦を蒸して酵母菌を入れて柔らかくし、そこに旨みを作り出す麹菌を入れる。麹菌には砂糖からアミノ酸に変える働きがある。人間の腸の中には細菌、乳酸菌、酵母菌とか酪酸菌とかいろいろな菌の種類があり、菌の中には何かを作り出す酵素が入っています。例えば砂糖をアミノ酸に変える菌や砂糖を酢酸に変える菌や砂糖をアルコールに変える酵素が入っている。

ラルは腸内細菌の大好物でその力で活発になり影響をつくる事ができます。昆布の中には乳酸菌があります。昆布を発酵させるのは大変難しく、府立大学と共同研究して成功しました。

納豆や味噌醤油等の伝統の発酵食品はもとより、食物繊維やミネラルを含む発酵昆布をとることでにより健康寿命を延ばしたいものです。鴻原森蔵社長様、長時間にわたって難しい発酵について、色々な例をあげてわかりやすく説明をいただきありがとうございました。今回の学習会には大阪府消費者団体連合会の方が6名参加して下さいました。ありがとうございました。