

うまい米には

ワケがある



冬
2020.01



白鳥舞う初冬の庄内平野

山形の米づくり 「品種改良の系譜」

温故知新

文・写真・谷藤 雄二

山形県の米づくりの歩みは、庄内平野が生み育てた農民による品種改良への取り組みを抜きにしては語れないであろう。明治初期、国、県に農事試験場が設立され、後期には人工交配などを取り入れた近代的育種が行われるようになった。このような情勢の下、それまで主流であった農民自らの育種は急速に影を潜めた。ただ一つの例外があった。庄内地方である。そこには庄内の農民が稲に注いだ情熱の深さが象徴的に表れている。

明治中期から第2次大戦の終わりころまで、山形県の品種はほとんど、庄内の農民が育てたとと言っても過言ではない。阿部亀治が創選した「亀の尾」(明治26年、1893)を嚆(こう)矢(し)とし、育成された品種は170にも上る(菅洋・庄内における水稲民間育種の研究)。「亀の尾」については本冊子2号で詳述しているので割愛する。

「亀の尾」に遅れること約20年、「福坊主」が誕生する。最大作付

けの昭和14年には全国で69千haを超えた。育成者は、その成した仕事といい、育種規模といい、庄内の民間育種家の双璧と言われた工藤吉郎兵衛である。「福坊主」は自分で育成した「敷島」に「のめり」という品種を大正4年に人口交配して育成したものである。多収であった。当時、農事試験場陸羽支場で育成した「陸羽132号」は品質、食味が良く市場評価は高かったが、「福坊主」を抜くことはできなかった。

吉郎兵衛が住む鶴岡市大山は酒造の町であったこともあり、酒米の育成をも手掛けている。「酒の華」、「京の華」、「国の華」の酒米三部作である。現存する「京の華」は「酒の華」と兵庫県の酒米「新山田穂」を交配したもので、昭和58年福島県会津の蔵元で幻の酒米として復活している。

吉郎兵衛は明治38年46歳の時に山形県農事試験場から派遣され、農商務省農事試験場畿内支



福坊主



酒の華



京の華

場で人工交配技術を習得した。以後79歳まで人口交配を続け、その数360組み合わせにも達した。6〜7haの経営地のすべてを育種圃場にしていたという。その規模は農事試験場をも凌駕するものであった。農民による稲の育種は、年月を要し、労力を要し、経済的には引き合わない行為である。吉郎兵衛をそこまで駆り立てた動機は何であったか。菅洋氏は次のように述べている。「おそらく吉郎兵衛の脳裏には、庄内平野を埋めつくして栽培された自分の育成品種が穂を出して風になびいている光景が彷彿としたのでないかと思われる。それは利害を超越して何か新しいものを生み出した時の科学者の喜びに近い感情ではなかったかと思うのである」。

そのような情勢の中で、庄内平野が生み育てた農民による育種は終焉を迎える。
庄内農民育種家が創選した亀の尾と福坊主。亀の尾の血はその後コシヒカリなどのわが国を代表する良食味品種へ面々と受け継がれ、今もつて名声を博している。「福坊主」の系譜はわずか代で途絶えた。吉郎兵衛が成し遂げた偉大な業績は歴史の中に埋没しつつある。しかし、彼が抱き続けた思想は、山形県立農業試験場庄内分場（現水田農業試験場）へと引き継がれている。講堂に掲げられた吉郎兵衛翁の肖像を背に、育種圃場を駆けずり回った筆者はそう思っている。「はえぬき」「つや姫」、そして「雪若丸」の誕生にかかわった研究員一人ひとりにも。



くどう きぢろべえ
工藤吉郎兵衛翁
(1861年生～1945年没)

福豆ご飯

炒り大豆を炊き込んだ豆ご飯です。豆を戻す必要がなく、炊飯器に材料を入れるだけの簡単炊き込みご飯です。



簡単ご飯レシピ
季節の美味しいご飯料理

【材料】4～5人分

米	2合
炒り大豆	30g
昆布	5 cm角
酒	大さじ2
塩	小さじ1/3
淡口醤油	小さじ1
小粒梅干し	5～6粒
三つ葉	少々

1. 米は研いで炊飯器に入れ、2合の水位線まで水を張る。昆布を入れてそのまま30分～1時間置く。
2. 1に塩、酒、薄口醤油、炒り大豆を加えてひと混ぜし、蓋をして普通に炊飯する。
3. 小梅は種を外して粗みじんにする。三つ葉は茎の部分を細かく切る。
4. 2が炊けたら昆布を取り出して細切りにし、3と共にご飯に加えてざっくりと混ぜ、器に盛る。

もち米つき肉団子

チンチュワンズ

中国名で珍珠丸子という料理です。蒸したもち米が真珠(珍珠)のように輝く美しい肉団子(丸子)という意味です。

【材料】12個分

もち米	1/2合	塩	小さじ1/2	} A
豚ひき肉	200g	醤油	小さじ1	
長ネギ	5cm	砂糖	小さじ1	
生姜	少々	胡椒	少々	
		卵	1/2個	
		片栗粉	大さじ1~2	
		辛子醤油		

1. もち米は洗って30分程水に漬け、ザルにあけて水気を切る。
2. 長ネギ、生姜はみじん切りにする。豚ひき肉、長ネギ、生姜、Aをボウルに入れて良く混ぜ合わせ、片栗粉を加えて全体をまとめたら12等分に肉団子に丸める。
3. パットに1を広げ2の肉団子を入れ、転がしながら周りにもち米をまぶしつける。
4. クッキングシートを敷いた蒸し器に3を並べ、強火で15~20分程蒸す。器に盛りお好みで辛子醤油をつけていただく。



※お米1合=180ml

旬の食材「芽キャベツ」

見た目と名前が似ていることから未成熟のキャベツと思われがちですが、両者は異なる品種で、成長してもキャベツにはなりません。栄養価をキャベツと比較してみると、ビタミンCは約4倍、Bは約7倍、B-カロテンは約14倍、カリウムは約3倍という優れたもので、風邪を引きやすい冬場には是非とも取り入れていただきたい食材です。

芽キャベツの甘酢和え

【材料】2人分

芽キャベツ	8個	} A
生姜	1片	
酢	1/2cup	
水	大さじ1	
白だし	少々	
砂糖	大さじ2と1/2	
塩	小さじ1/2強	



1. 生姜は皮を剥き千切りにする。ボウルにAと生姜を混ぜ甘酢を作る。
2. 芽キャベツは外側の汚れた葉を取り除き、根元に十字の切込みを入れる。
塩少々を入れた熱湯で約2分程度茹でてザルにあげて水気を切る。
3. 2が熱いうちに1に加え、味をなじませてから器に盛る。

芽キャベツのソテー

【材料】2人分

芽キャベツ	8個
ベーコン	2枚
パプリカ	1/4個
塩、胡椒	少々

1. 芽キャベツの下拵えは、上記「芽キャベツの甘酢和え」作り方2を参照。
2. 茹でた芽キャベツは縦半分にする。パプリカは種を取り長さ4cmの細切りにする。ベーコンは1cm幅に切る。
3. フライパンにオリーブオイルと2を加えて炒め、塩、胡椒で味を調える。



日本の スーパー フード Millet

Vol.10 たかきび

食感が肉に近いため、ひき肉の代用品「ミートミレット」として今注目の雑穀です。



スーパーフード とは？

栄養バランスに優れ、有効成分を多く含む食品や、特定の有効成分の含有量が飛び抜けて高い食品を指します。何世紀にも渡る食歴からその安全性が証明されていることが条件です。

健康や美容に有効な成分を食品という形で無理なく摂取することができる、「スーパーフード」は食べるサプリメントとも考えられています。

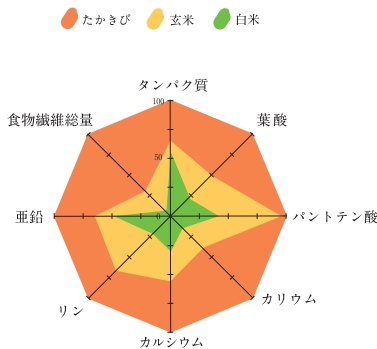
Millet…(英語)「雑穀」の意。(読み)ミレット。雑穀とは主食(白米、精白小麦)以外の穀物の総称。

たかきび

別名「もろこし」とも呼ばれますが「とうもろこし」とは別の作物です。中国名の「高粱^{コウリヤン}」の方が馴染みのある方も多いかも知れません。プチっとする弾力のある食感を活かし、ひき肉の代用品としてアレルギー食やダイエット食品としても注目されている食材です。**カリウム、カルシウム等のミネラル類、ビタミン類、食物繊維が豊富な上、必須アミノ酸がバランス良く含まれており、高血圧予防、貧血予防、骨の形成、便秘解消、美肌効果等に大きな期待が持てる雑穀**です。

たかきびの成分比較

たかきびを100としたときのそれぞれの割合



たかきびの炊き方



まずは米1合に大さじ1杯から

1. たかきびはさっと洗い、かぶるくらいの水に浸け4~5時間ほど置く。
2. 米は通常通りに研ぎ、1を水ごと加えて水位線まで水を張り30分~1時間置いてから普通に炊飯する。
※たかきびは1時間程度の浸漬でも炊けますが、十分浸漬した方が食べやすくなります。

アレンジレシピ たかきび入りキーマカレー



【材料】2人分

たかきび…………… 50g
好みのキーマカレー / ご飯

1. たかきびはさっと洗って水気を切り、水を張り塩ひとつまみ入れた鍋に入れて煮る。柔らかくなったらザルにかけて水気を切る。
2. 好みのキーマカレーを温めて1を加え、ご飯にかける。

たわら蔵アスクの雑穀シリーズ

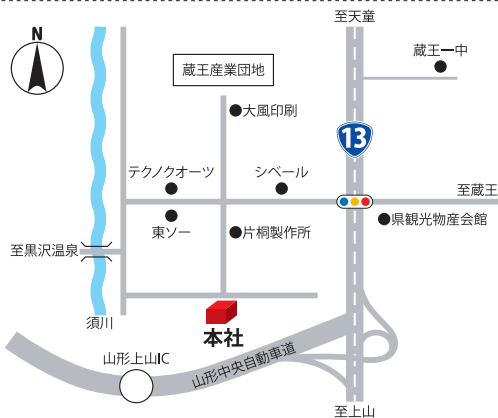


たかきび
100g 270円(税込み)



全13種類 国内産

写真は一例です



お米のたわら蔵 株式会社 アスク

【本社】

〒990-2338 山形県山形市蔵王松ヶ丘2-1-36
TEL.023-695-4111 FAX.023-695-4567

【関東営業所】

〒362-0035 埼玉県上尾市仲町1丁目8-31-401
TEL.048-871-5681 FAX.048-871-5682

うまい米にはワケがある Vol.14 2020-01

発行：お米のたわら蔵 株式会社 アスク
料理：石川 智子
撮影：小林 和仁

お米のご注文  **0120-415-089**

URL: <http://www.okomeno-tawaragura-ask.jp/>