

日本の味を支える

和食は自然の尊重の積み重ねで築かれてきた。そのたまものである「出汁」を司る鰹節。児童たちと鰹節を削りながら「出汁」の魅力を考える



株式会社にんべん
 代表取締役社長
高津克幸

たかつつゆき：1699年（元禄12年）創業、鰹節のにんべんの13代当主。鰹節、出汁をはじめ日本の食文化を次世代へ伝えていくことに強い想いを持つ。同社は食育に盛んに取り組み、全国で鰹節の体験教室を開いている



栄養教諭
竹崎万里子

たけざきまりこ：自分で食生活を考え、行動に移せる児童が増えてほしいと、食育に取り組んでいる。学校給食を通して、望ましい食生活を送ることができ実践力を身に付けるため、同校は平成28・29年度の学校給食研究指定校として福岡県教育委員会から委嘱を受けている

DATA

対象地：福岡県北九州市
 対象校：北九州市立高須小学校
 提供食数：548食

米飯給食回数：週3.5回
 米飯炊飯方式：委託炊飯
 献立方式：統一献立

鰹節を削りながら日本人の飽くなき追求に思いを馳せる

日本の味、といえば和食を語るうえで欠かせない「出汁」に違いない。出汁の役割といえば料理にうま味を加え、素材そのものの味を引き立てることが知られている。日本人はうま味に対して飽くなき追求を重ね、豊かな食文化を育んできた。

「日本の出汁は海外と違って、料理するとき手軽に取れるのが特徴です」。株式会社にんべんと一緒に食育の授業を行った地元の和食料理人、松山相三さんはこう語る。海外の「出汁」としてブイヨンが知られているが、こちらは野菜を長時間煮て作るのに対し、日本の合わせ出汁は、昆布出汁に鰹節を加え短時間で出汁を引くことで完成する。

「日本の出汁は海外と違って、料理するとき手軽に取れるのが特徴です」。株式会社にんべんと一緒に食育の授業を行った地元の和食料理人、松山相三さんはこう語る。海外の「出汁」としてブイヨンが知られているが、こちらは野菜を長時間煮て作るのに対し、日本の合わせ出汁は、昆布出汁に鰹節を加え短時間で出汁を引くことで完成する。

「日本の出汁は海外と違って、料理するとき手軽に取れるのが特徴です」。株式会社にんべんと一緒に食育の授業を行った地元の和食料理人、松山相三さんはこう語る。海外の「出汁」としてブイヨンが知られているが、こちらは野菜を長時間煮て作るのに対し、日本の合わせ出汁は、昆布出汁に鰹節を加え短時間で出汁を引くことで完成する。

「日本の出汁は海外と違って、料理するとき手軽に取れるのが特徴です」。株式会社にんべんと一緒に食育の授業を行った地元の和食料理人、松山相三さんはこう語る。海外の「出汁」としてブイヨンが知られているが、こちらは野菜を長時間煮て作るのに対し、日本の合わせ出汁は、昆布出汁に鰹節を加え短時間で出汁を引くことで完成する。



高津さん、松山さんに見守られながら、はじめて削った鰹節の質感を感じる児童。鰹節は薄く削ることで表面積が大きくなり、香りとうま味が水に溶けやすくなる



- ① しっかりと削り器を持ち、鰹節の少し後ろに重心をかけるのがコツ。何度か削るうちに「シュッシュ」といい音が出るようになった
- ② 北九州市に店を構える、御料理まつ山の松山さんが出汁の引き方を披露。鰹節を入れるポイントは水に対し、3%がポイント。1Lの水に対しては30gの鰹節、10gの昆布が松山さんのやり方だ
- ③ 教室中に削りたての鰹節のいい香りが広がる。待ちきれずにみんなで試食。自分で削った鰹節だから、一層おいしく感じる
- ④ 松山さんが引いた鰹節出汁が全員に配られた。出来立ての出汁の香りに思わず顔がほころぶ
- ⑤ 後日、松山さんが鰹節を活かした献立を考案した。主食：白御飯、主菜：鶏肉の土佐焼き・五色豆の含め煮、副菜：菜の花の白和え、汁物：鰹香る筋しんじょうのすまし汁、牛乳