

公開講座

福井の食を知る①「福井梅」～梅シロップ作り体験～

生活科学学科 食物栄養専攻 教授 小林 恭一

【日 時】2022年9月3日(土) 10:30～12:00

【場 所】仁愛女子短期大学 B101 教室

【参加人数】10組(12名)

豊かな自然に恵まれる福井県には、米、麦、ソバ、ウメ、ラッキョウ、カニなど、里・山・海の幸すべてが豊富に揃っています。このような豊かな福井の食の魅力について学ぶ企画として「福井の食を知る」と題した公開講座をかねてから行いたいと考えていました。歴史や文化、栄養や健康維持に役立つ機能、おいしさなど、知ってるようで案外知らないものです。そこに関わった多くの先人達の努力も忘れてはなりません。



1回目は「福井梅」を取り上げました。「福井梅」は、江戸時代・天保年間(1830～1844)に、現在の若狭町で発祥したといわれる福井県を代表する果実です。この「福井梅」の特徴や栄養について解説いたしました。また、ただ聴くだけでなく、その食材を使った簡単な加工体験も試みました。今回は金平糖やみぞれ玉(飴)を入れた、見た目にも美しくおいしい梅シロップ作りを体験していただきました。

ウメは、バラ科サクラ属の果実で、中国西南、華中、雲南、台湾等に原生分布しています。一般的には遣唐使が持ち帰ったといわれますが、弥生時代の遺跡からも種核が発見されています。

ウメは酸味が強く、果物にはめずらしく生で食べること

はほとんどありません。もっぱら梅干しや梅酒などに加工しないと食べられない果実です。葉や保存食として全国に栽培が広がったのは戦国時代ですが、古来より日本人の生活に密着して、伝統、文化を形成してきました。

福井県では若狭町を中心に栽培され、和歌山県、群馬県に次いで全国3位の生産を誇っています(令和3年、農林水産統計より)。ウメの栽培が定着したのは明治15年頃からです。普及した地域をさして、「西田梅」と呼ばれ親しまれてきました。大正10年国鉄敦賀線の完成を機に、関西を中心に広く「西田梅」の商品価値が認められました。戦時中には軍需品として舞鶴海軍に納められ、戦後も「青いダイヤ」と称され重宝されました。昭和42年に「福井梅」に名称変更が行われ現在に至ります(福井県庁HPより)。

ウメは産地によって品種が異なります。有名なのは和歌山県の「南高(なんこう)」ですが、福井県では「剣先(けんさき)」「紅映(べにさし)」「新平太夫(しんへいだゆう)」「福太夫(ふくだゆう)」が栽培されています。これら品種や熟度による味や栄養成分などの違い、健康機能、加工方法などについて紹介しました。また「赤本」と呼ばれる家庭医学書の著者で「梅肉エキス」を全国に広めた築田多吉(つくただきち、1872～1958年)など、本県ゆかりの人物も取り上げました。

これからも、魅力あふれる「福井の食」について、加工体験をとおして楽しく学べる公開講座を企画してまいります。

