

特集

かもす

信州中野の味噌・醤油



1月下旬から2月にかけての時期は味噌・醤油の仕込みを始めるのに適した「寒仕込み」とよばれる時期。全国津々浦々でつくられ、水や気候風土の違いにより多彩な味と風味をもつ、味噌と醤油。今回の特集では中野市で醸されている味噌と醤油をご紹介します。

味噌や醤油ができるまで

味噌



- 1 米を蒸し、種こうじをつけ、米こうじをつくる。
- 2 大豆を水に浸し、蒸煮したあと、つぶす。
- 3 米こうじとつぶした大豆、塩、酵母をしっかりと混ぜ合わせる。
- 4 発酵・熟成させる。

醤油



- 1 大豆を蒸煮し、小麦を炒って砕く。
- 2 こうじ菌を加え、しっかりと混ぜ合わせ、こうじをつくる。
- 3 こうじに食塩水を加え、もろみをつくる。
- 4 もろみに酵母を加え発酵・熟成させる。
- 5 醤油を搾り出し、熱を入れて殺菌（火入れ）する。

米こうじと大豆の混合



大豆の蒸煮



発酵・熟成



火入れ



みそ職人に聞く、みその話。



芋川吉孝さん

(有)芋川糰店
信州の名工・信州味噌の名工

信州味噌

長野県は米や大豆がたくさんとれ、気温も低いので古くから味噌づくりが発達してきました。「信州味噌」の主力は一般的には「白味噌」ですが、北信地域では熟成期間の長い「赤味噌」が多いです。また「信州味噌」の名称は団体商標にもなっていて、長野県内の業者で、「信州味噌」にふさわしい味噌にしか使用できないようになっていきます。

おいしい味噌について

品評会では色、味、香り、組成（やわらかさ）の4点が評価されますが、品評会があくまでひとつの基準です。上位に入ったから必ずおいしいと言いきることはできません。人によって好みは千差万別です。

味の分類では甘口と辛口があり、辛さの加減は塩分濃度のほかに「こうじ歩合」が決め手になります。例えば「10割こうじ」であれば大豆

10kgに対して米こうじ10kgを合わせます。これが15割であれば大豆10kgに対して米こうじが15kgとなり、こうじが多いため塩分量は一緒でも甘口。これが5割であれば辛口になります。

また、各蔵に住み着いている菌にはそれぞれに違いがあるので、同じ時に同じ仕込み方をして、風味が違ってくる。蔵ごとに個性があつて面白いところなので、ぜひいろいろ試してみて、自分好みの味噌を見つけてみてください。

中野生まれの低塩味噌

2017年に信州中野商工会議所と市内の蔵が、信州大学農学部や県工業技術総合センターと協力して「PP165」という乳酸菌を活用した塩分約6〜7%の味噌の開発・商品化に成功しました。これにより今までは考えられない低塩味噌が作れるようになりました。皆さんにもぜひ味わっていただきたいです。

醤油の種類

醤油には「こいくち」「うすくち」「たまり」などの種類があります。関東や長野県では「こいくち」が主流です。「こいくち」というと味が濃いと思われがちですが、「濃い」「薄い」は色のことで、味や塩分は関係ありません。また大豆には「丸大豆」と「脱脂大豆」があります。「脱脂大豆」は大豆から大豆油を抽出したのから醤油をつくっています。油をとったからといって決して質の悪いものではなく、大豆の油がとれた分、旨みが強く仕上がります。一方、丸大豆は中に油があり、じっくり上がってくる豊かな香りが特長。どちらにも良さがあります。

自分に合う醤油

どんな醤油を選べばいいのか、迷う人は多いと思います。嗜好品でするので人それぞれ好みがあり、絶対はありません。ただ、迷ったら地元のものを選んでみてください。

中野の文化

この業界は、同業者の減少が著しい状況。50年前は日本中に約5000軒、醤油の蔵がありました。今では約1100軒。そんな中、今でも市内に6軒もの蔵元があることは、珍しいことです。理由のひとつに、中野の人の気質があると思われています。これは昔、芋川さん（上に掲載）が言っていたことです。中野は農業にしても醸造にしても、お互いに教え合う気持ちはあります。閉じこもって技術を独占せず切磋琢磨する気風は、受け継いでいきたい素晴らしい文化です。

しょうゆ職人に聞く、しょうゆの話。



民野泰之さん

マルキ醤油(株)
信州の名工