

第 461 回『北の食物研究所』 2008.9.26(金)

ゲスト：日本いも類研究会顧問 浅間 和夫 様

テーマ：「奇跡の作物・ジャガイモ～国際ジャガイモ年 Part2」

森

北の食物研究所。おはようございます。森久美子です。夏の終わり頃から北海道産のジャガイモがたくさんスーパーにも出ていますね。私は農家に行ったり、家庭菜園で作っていらっしゃる方からいただいたり、おイモ三昧の日々を送っています。ポテトサラダを作っておくとお弁当にも入れられるし、肉じゃがを作ったり、カレーライスに入れたり、毎日のように食卓を賑やかにしてくれる大事な食材ジャガイモ。今年は国際ジャガイモ年だということで4月に一度、「奇跡の作物ジャガイモ」というテーマでお話を伺ったんですけど、その時はまだ今年のジャガイモが出回る前だったので、今日は今が旬のジャガイモの話をたっぷり伺いたいと思います。ということで、今日は日本いも類研究会顧問の浅間和夫さんをお迎えして「奇跡の作物・ジャガイモ～国際ジャガイモ年 Part2」をテーマにお送りします。

(北海道の大地から元気をもらおう。北の食物研究所。この番組は社団法人北海道土地改良設計技術協会の制作協力でお送りします。)

森

それでは改めて、今日のゲストは日本いも類研究会顧問の浅間和夫さんです。浅間さんよろしくお願いします。

浅間

どうもこんにちは。

森

こんにちは。4月の下旬に一度出演していただきましたが、今年は国際ジャガイモ年なんですね。

浅間

そうですね。

森

北半球はだいたい今が穫れる時期ですか。

浅間

そうですね。北海道ですとだいたい6月末から始まって7月から今が、ちょうど時期です。収穫はほとんど8月9月が多いです。

森

「奇跡の作物」というキャッチフレーズをつけたんですけれども、それは浅間さんがご自分のジャガイモ博物館というホームページにも使っていらっしゃいますね。どうして奇跡の作物というんですでしょうか。

浅間

栄養分もたっぷりありまして、冷害にも強くて、いろんな食糧難の時代を乗り越えてきたというか。カロリーはご飯の半分だけどバランスが素晴らしいですから。

森

北海道で作られているジャガイモ、実はデンプン用の品種、「コナフブキ」が一番多いと。

浅間

道内では一番「コナフブキ」が作られていますね。「男爵薯」より広く栽培されているのです。

森

今日のご家庭でお聴きの方たちがジャガイモのお話を楽しみにして下さっていると思うので、生食用というんですか。デンプンにするのじゃなく、料理として食べる方のジャガイモを中心にお話いただきたいと思っています。4月くらいに、長崎産とかの新ジャガが出まわりますね。あれは今私たち北海道で旬だと言って食べているジャガイモと同じものですか。

浅間

品種自体がもう北海道と九州なんかとは違いますね。で、年明けて正月になってから出てくるのを新ジャガと向こうで呼んでいますね。

森

新年に出れば新ジャガなんですか。

浅間

そうですね。12月に穫れたら新ジャガでなくて、それを保管しておいて、1月に出したら新ジャガなのかどうかという話もあるんですけど。だいたい春に出てくるものを言います。

森

11月に植えるんですか。

浅間

いや、9月くらいですね。9月くらいに植えて、うまくいけば12月くらいに収穫して。

森

そうですね。ジャガイモというのは、北海道の者にとっては非常に馴染みがあります。国内で考えたとき、暖かい地方、これよりも南は穫れないよとか、そういうのはある作物ですか。

浅間

いや、そういうことはないですね。冬の期間というのが必ずありますから。駄目なところは冬だけ作る。台風が来るとか、梅雨の月を避けてね。それから、山の高い方に、海岸地帯でなくて高いところに作れば、北海道でも九州でも沖縄でも作れます。そこから早く出てくる新ジャガがまず、新ジャガの走りですね。

森

そうなんですか。何となく水っぽいというか。

浅間

ああ、そうですね。向こうのは。

森

熟していないような感じのイメージがあるんですけども、印象なんですが、実際に栄養価はちょっと違うのでしょうか。

浅間

そうですね。栄養価なんかそう差はないと思うんですけど、デンプンの含有率が違いますね。向こうの新ジャガはデンプンが少ないんですよ。ですから、ホクホクしないんですね。北海道のは新ジャガと言っても完熟してから穫りますから、結構ホクホクしていますよね。

森

そうなんです。北海道のジャガイモ今が旬だということで伺おうと思ったら、さっき6月くらいにもう出ているとおっしゃいましたね。

浅間

6月の末から出ていまして、だいたい7月くらいが値段高いですからね。しかし本格的なのは8月くらいから収穫しています。

森

北海道でも南部の方では、早く出すためにいろいろ工夫して植えていると。

浅間

そうですね。マルチということをやっています。

森

畑をビニールでコーティングして暖かくして、出芽を早めるということですか。

浅間

そうですね。伊達市、共和町、厚沢部町、今金町とか。あの辺は結構早いんですね。

森

そうなんです。で、いわゆる旬と言ったら一般的にはいつぐらいになりますか、北海道では。

浅間

そうですね。野菜には必ず旬というのがあるんですけど、ジャガイモにとっての旬というのは、ずっと全部旬でないかと思っているんですよ。貯蔵していますとだんだん甘みが出てきますから。低温に貯蔵するほど甘みが出てきます。その甘みがたくさん多いのが旬だとすれば、これから貯蔵して正月になって、1月2月中に来るのが旬かもしれませんね。もちろん今も旬で、ホクホクしておいしい。

森

葉ものの野菜だと冬には一応終わりますけどね。

浅間

ええ、葉ものは数日で駄目になったりとか。

森

そうですか。貯蔵している期間によって味が変わって、それぞれのおいしさがあって、その時その時がまた旬だという。

浅間

本当、旬の長い食べ物ですね。

森

先ほどお聞きした長崎だとか、南は沖縄とおっしゃいましたけれども、春先に出るような新ジャガは貯蔵するようなタイプのジャガイモじゃないですね。

浅間

ええ。もう野菜として即出回っちゃう。

森

鮮度が高いうちにパッと食べる。

浅間

そうですね。向こうの新ジャガは皮が剥けやすいんですよ。簡単に皮剥けちゃってね。だから、保管性がない。貯蔵性がないんですよ。北海道のは結構長持ちします。

森

暖地産は、野菜感覚なんですね。

浅間

ええ、野菜感覚。こっちはなんか少し保管した食べ物というかね。

森

貯蔵したら甘くなるとかね。年内はまだ北海道のものが大量に出回っていますが、端境期に CA 貯蔵という名前のホクレンで貯蔵しているのですか。去年のものを寝かしたイモというんだったかな。

浅間

ああ、寝かしイモとか。雪の下とか雪中貯蔵とか、氷点貯蔵だとか。そういう今言われた CA 貯蔵ですね。コントロール・アトモスフェアというんですけど。ジャガイモは生き物ですからね。どんどん呼吸していて、そしてエネルギーを消費しているんですけど。エネルギーの元というのはだいたいデンプンなんです。それを消費しているんですね。その呼吸による消耗を少なくするために保管している場所の酸素とか、炭酸ガスとかをいろいろコントロールして、消耗を少なくしていくことなんです。それが CA 貯蔵と言われているんですね。結構、「キタアカリ」とかね、「インカのめざめ」とか。そういうのをおいしく貯蔵して、春に売ることをしています。

森

普通の家庭で冷暗所で長く置いておくというのと、また違うんですね。

浅間

そうですね。温度や湿度を一定に保ち、空気中の炭酸ガス、酸素。場合によっては窒素を加えるとかして、空気をコントロールする。家庭だと温度くらいしか調整することできないですから。

森

そうですね。出来ないですね。今、買ったジャガイモを置いておいたらだんだん味が変わってくる、甘くなる。なぜ貯蔵していると味が変わるのですか。

浅間

甘くなるということですか？デンプンがグルコース、つまり日本語で言うとブドウ糖ですね。それに変わっていくんですよ。デンプンというのは、ブドウ糖がたくさん繋がって出来ている高分子なんです。これが酵素によってちぎられていって、どんどん単糖(グルコース)になっていきます。そのグルコースというのは甘みの元です。低温なほどデンプンがグルコースに変わります。そして、甘みが強くなる。「インカのめざめ」は少し違って、蔗糖(スクロース)による甘味です。

森

「インカのめざめ」はちょっと特殊なんですね。

浅間

そうですね。グルコースとフラクトス(果糖)、その 2 つがくっついた二糖類ですね。それが蔗糖というんですけどね。「インカのめざめ」とその子供の「インカのひとみ」

はその蔗糖が多いんで、それによる甘さですね。

森

今たくさんジャガイモが出まわっていて、いろんなお料理をそれぞれの家庭でしていると思うんですけども、貯蔵して食べるときと今すぐ掘りたてのものを食べるときと、合う料理は違いますか。

浅間

そうですね。甘みを重視するなら貯蔵したものがいいですよ。しかし、貯蔵中に甘みが出て、チップスなんかにする場合はグルコースが多いと焦げが出来るんですよ。それで、『甘みの元は焦げの元』というんですけど。甘いのはチップスには向かないんですね。「メークイン」のような甘いのはチップスに向かないですね。

森

今日のタイトル「奇跡の作物・ジャガイモ～国際ジャガイモ年 Part2」なんですけれども、国際ジャガイモ年のジャガイモは英語ではポテトなんですよ。国際ジャガイモ年のページを見ると。ポテトはジャガイモのことですか、それともサツマイモも含みますか。

浅間

いや、サツマイモはスウィートポテトということで。甘いというのがつくんですけど。食べてもわかりますが、甘いですよ。

森

里イモは。

浅間

サツマイモ、ジャガイモは南米から来ていますけど。里イモは全く違う種類の食べ物なんです。植物が違います。国際ジャガイモ年は元来はジャガイモなんです。でも、日本ではサツマイモも含めて普及活動やっています。

森

そうですか。貯蔵のことをお聞きしましたがけれども、核家族で人数が少ないので少量で買う方もいらっしゃるんですけども、大量に箱で買ったりすると安くすむというのがありますね。でも芽が出るんじゃないかとかいろいろ心配がありますね。甘くなるのは良いことだけれども、皆さん買う量については悩むところじゃないかなと思います。1

個か2個しかその日使わないときは、取り敢えず冷蔵庫に入れておけばいいですか。

浅間

そうですね。冷蔵庫。甘くなっても良いのであれば冷蔵庫でもいいんですけど。冷蔵庫はどちらかというと、長く置くと乾燥しちゃいますよね。脱水しちゃいますよね。ですから、低温で日のあたらないところに保管してくれればいいんですけど。温度が全然違うんですよ。イモはイモでもね。例えば、サツマイモですと13度から16度くらいで保管します。ジャガイモはそれより10度低いところに置いてほしいんですよ。3度から6度くらいに。イモだからと言って同じところでは困るのです。

森

サツマイモも貯蔵すると糖度って上がるんですかね。

浅間

いや。

森

そうですか。やっぱり違うイモなんですね。

浅間

そうですね。根っ子ですからね。ジャガイモは茎だし。植物自体も違いますしね。

森

そうですか。その違いが大きいですね。ジャガイモが茎だということを忘れがちですものね。

浅間

あとキャベツ、白菜、セロリとかね。ダイコン、ニンジン。それらは0℃くらいで保管して構いません。

森

そうですか。ジャガイモは3度という微妙なところ。

浅間

普通は3度から6度くらいですね。長期貯蔵には2℃がよい。

森

それでは、ここで音楽を1曲お聴きいただきます。デーブクラーク・ファイブで「ビッツ・アンド・ピース」

(音 楽)

(この番組は、社団法人北海道土地改良設計技術協会の制作協力でお送りしております。)

森

今日は「奇跡の作物・ジャガイモ～国際ジャガイモ年 Part2」をテーマに日本いも類研究会顧問の浅間和夫さんをお迎えしてお話を伺っています。今、いろんな品種があって、どれを買おうかと迷うくらいあるんですけれども、一般的には「男爵薯」のようなものが潰してもいいようなお料理。コロケだとか、ポテトサラダ。で、「メイクイン」は長く煮込むようなシチューだとかカレーだとかに向いているというふうに考えられているように思います。崩れやすいものと煮くずれしないものというのはまず、何による違いでそうやって特徴が違ってくるのか教えて下さい。

浅間

ホクホクしたのを粉質、煮くずれしないのを粘質と呼んでいますけど、その違いというのは大きく分けて3つなんですよね。1つは品種ですね。これは例えば、粘質なので言うと「メイクイン」、「ホッカイコガネ」、「さやか」、九州の「ニシユタカ」、「とうや」、「レッドムーン」などがあり、ホクホクしたのでは、「男爵薯」、「キタアカリ」。

森

「キタアカリ」もそうですか。

浅間

粉質の方ですね。あと中間になると「インカのめざめ」とか、「マチルダ」とかあるんです。今、北海道で50くらいの品種があるから、大変なんですけど。そういう品種で大きく違うというのが1つと、2つ目は、先ほども申し上げたような完熟度ですね。未熟だとどちらかというと粘質で、完熟してデンプンが乗ってきますとホクホクした粉質の方に変わります。それから、3つ目は家庭での煮方ですね。どんな煮方をしたかで違ってきます。「男爵薯」をおみそ汁に入れた場合、ぐつぐつ煮込んでしまったら粉々になる時があります。それを好む人もいます。ある程度煮て、ぐつぐつと煮立ったら中火にするといいですね。それから、煮くずれしないようにするには、もう1つは水から煮るということですね。それと、なぜその煮立ったら強火から中火にするかというと、『硬化現象』と

いうのがあるんですね。ジャガイモの細胞は、60 度くらいで経過しますと煮崩れが少ないんです。しかし、その 60 度あたりをずっと過ぎてしまうと煮くずれが増えます。

森

沸騰したら弱い火にした方がいいんですね。

浅間

そうですね。その方が煮崩れ少ないですね。

森

60 度というのは割と低いですよ。お鍋にかけていて 60 度をキープするのは割と難しいんじゃないかな。

浅間

だいたい野菜はそのくらいで保つと硬いというか、煮崩れしにくいんですね。

森

さっき、前半でちょっと伺ったんですけども、今北海道全体では 50 種類くらい作られているとおっしゃいましたが、**「インカのめざめ」**って、食べてみたいと、人気があるようなんです。デンプンの質が違うとおっしゃいましたね。

浅間

「インカのめざめ」は甘さが違うというか、蔗糖ですね。蔗糖が多いんですよ。**「メークイン」**、**「男爵薯」**、**「キタアカリ」**などはブドウ糖つまりグルコースなんです。甘みがちょっと違うんですね。

森

「インカのめざめ」はすぐ芽が出ますよね。

浅間

そうですね。休眠が短いんですね。

森

それは品種の持っている特性なんですか。

浅間

そうです。親の違いですね。ジャガイモというのは、ソラナム・ツベロースムだけでなくいろんな種(しゅ)をかけ合わせて作っているんですね。その中で、ソラナム・フレアというのがあるんです。その血が「インカのめざめ」に入っているんですよ。甘さと休眠の短さを親から受けついだ結果ですね。

森

休眠が短いというのは、芽を出さないでいる期間が短いことですか。

浅間

そうです。

森

休眠という言葉は他の作物にも使われる言葉ですか。

浅間

樹木であります。

森

ジャガイモは保存ができるというのは、休眠が長いということ。

浅間

長い方が喜ばれますね。

森

そういうことなんですか。50種類も作るようになって、なぜそんなたくさん。北海道のジャガイモは有名なのに、新しい品種をなぜ作るのかなと不思議なんですけども。

浅間

我々、品種改良やっているところ、北海道でいうと道立北見農業試験場、独立行政法人北海道農業研究センター。それにホクレン農業協同組合ですね。この3つで品種改良しているんです。

森

みんなそれぞれにやっているんですか。

浅間

ええ。僕らは「男爵薯」とか「メイクイン」。それよりもっと良いものを作りたいと思っているんですけども。好み、嗜好というのかなこれは変わらないんですよね、消費者はなかなか変わってくれない。あくまで「男爵薯」、「メイクイン」でずっと来るんですね。それで、「男爵薯」、「メイクイン」に抵抗してもっと良いのをと私どもも頑張って開発したこともあるんですよ。結局、それを変えることはできないので、今は加工用とデンプン用に力を入れています。業務用ニーズもいろいろ変わってきました。具体的にはチップスですね。生産したジャガイモの1割ちょっとはチップスになっちゃうんですよ。チップス用の品種では「男爵薯」、「メイクイン」ではやっぱり駄目なんですよ。

森

ポテトチップスに使われるのは、北海道の全生産量の約10%なんですか。

浅間

平成16年の統計では11.9%でした。

森

そうなんですか。デンプンを除いて。

浅間

北海道のデンプン用は49.5%です。約半分はデンプンになっちゃうんです。

森

残りの50%の内の12%がチップスになるのですね。北海道産のものを使っているポテトチップが、全国に流通している。

浅間

そうですね。関東とか九州とかでもちょっと作っていますが、ほとんど道産のポテトチップス。総菜用も伸びています。

森

ポテトチップスを食べたら自給率が向上出来るんですね。

浅間

まあ、するんですけどね。ちょっとカロリーは高い。100gあたり、煮たもので73キロカロリーです。チップスだと555キロカロリー、かなりカロリー高いですよ。

森

煮たものだったら同じ分量では。

浅間

お米が 168 で、ジャガイモは 73 ですね。それに対してポテトチップスは 555 キロカロリーです。チップスのカロリーは。やたらと多いですから、食べ過ぎるとメタボになってきますね。ポテトサラダ、煮物、カレーライスなども食べてほしい。

森

そうですね。

浅間

そういう加工用の開発をやるのと、あと品種が多いのは、ジャガイモシストセンチュウという虫が最近畑に出て来ているんです。センチュウが多いと「男爵薯」も「メイクイン」などの収量が下がっちゃうんですよ。それが下がらない品種、センチュウ抵抗性品種のニーズが結構あるんです。それで、「キタアカリ」なんかも結構出回っています。

森

「キタアカリ」はセンチュウ抵抗性が高いんですか。

浅間

ええ、抵抗性を持っています。そういう点でもいい品種ですね。

森

ちょっとポテトチップスの方に話が戻りますけれども、ポテトチップスに一番使われている品種は何ていうものなんですか。

浅間

「トヨシロ」という品種ですね。7 月頃は「ワセシロ」という、私が関係してきた品種ですね。「ワセシロ」の次は「トヨシロ」になってきて、その「トヨシロ」がメインですね。その後、「スノーデン」というアメリカから入って来た品種へと変わります。

森

この「ワセシロ」、「トヨシロ」というのは皮を剥いたらすごく白いですよね。

浅間

そうですね。

森

「男爵薯」よりもっと白いようなイメージが。

浅間

そうです。どっちも白いですね。で、甘みが少ない。グルコースが少ないからチップスにいいですね。

森

ポテトチップスじゃなく、普通に煮炊きして食べてもおいしですか。

浅間

何ともないですよ。ただ「ワセシロ」は新ジャガの時代は甘みが少ないからチップスに向くんだけど、そういう点でちょっとおいしくないことがあるんですよ。冬を越えると甘くなっちゃって、逆に甘い品種といわれるんですけどね。

森

そんなに変わるものなんですね。

浅間

生きていますから、どんどん変わっていきます。

森

ポテトチップスで円筒状のケースに入って全部同じ形の製品がありますね。

浅間

ああ、せんべいになって。

森

そうそう。きれいに重なっているのがありますよね。あれも北海道のジャガイモで作っていますか。

浅間

いや、あれはジャガイモの粉を外国から輸入して、それを練って、そして揚げている。

いわゆるせんべい的一种ですよ。本当のチップスは道産で、がさっと入って色のちょっと悪かったり、場合によっては大きさがまちまちだったりしていますけど。それが道産のジャガイモですね。それから、同じかっこうして紙コップに縦にはいるような・・・。

森

それはフライドポテトの方ですね。

浅間

ええ。それは輸入物で、皮がついているのはだいたい道産のものですね。

森

ファーストフード店で付け合わせとしてフライドポテトは人気ですがけれども、皮がついているのは道産のものが多いと思っていいと。

浅間

だいたいそうですね。皮なしでスマートなのは輸入品ですね。

森

形を全部同じように整えているのは何て言えばいいですか。

浅間

チップスでいくと、ファブリケイテッドチップスとか成形チップスと言うものですね。それから、普通のものはリアルチップス。

森

こちら北海道で買うよりももっと東京などに行ったら、ポテトチップスは、北海道産ジャガイモの代名詞になっていますね。

浅間

ポテトチップス総生産の9割くらいは北海道産です。

森

国内流通しているジャガイモは加工用であっても、生食用であっても8割以上が北海道産ということですか。

浅間

そんな感じですね。

森

北海道はジャガイモのおいしいところ、といわれるのはうれしいことだと思います。はい。それでは音楽を。クリフ・リチャードで「コーン・カントリー」

(音 楽)

(北の食物研究所。この番組は、社団法人北海道土地改良設計技術協会の制作協力でお送りしております。

この番組へのご意見・ご感想はファックス、メールまたはおはがきでお寄せください。ファックス番号は 011-813-4222、011-813-4222。メールアドレスは、apple@765fm.com、apple@765fm.com。おはがきの方は、郵便番号 062-8575、FM アップル北の食物研究所宛てにお送りください。

この番組はインターネットでもお聞きいただけます。FM アップルのホームページアドレスは、<http://www.765fm.com>です。トップページからインターネット放送のページにアクセスすることができます。詳しくはホームページをご覧ください。

森

今日は日本いも類研究会顧問浅間和夫さんをお迎えして「奇跡の作物・ジャガイモ～国際ジャガイモ年 Part2」をテーマにお話伺っています。浅間さん、フライドポテトやポテトチップスについて伺ったんですけども、今おいしい時期で、フライドポテトを家で作る方も多いかと思います。切って、それから楕形、棒状というか。それで水に本当に晒す必要があるのかなと思うんですけど、何となく習慣でやっているんです。なぜ水に晒すんでしょう。

浅間

かじったリンゴを長くおくと褐色していきますが、ジャガイモの表面にも酵素がありまして、その酵素がいろいろ変色させるんです。いもに元々フェノール化合物というのがありまして、例えばクロロゲンとか、アミノ酸のチロシンとか。このフェノール化合物をその酵素がメラニンというものに変えていくんです。そのメラニンというのはシミでも知られてますが、そうすると色が変わるんですよ。その酵素を流してやることと、それからイモの表面にデンプンあります。そのデンプンを流す。

森

デンプンが焦げやすいからですか。

浅間

そうですね。焦げやすいから。で、フレンチフライもポテトチップスと同じで、糖が多いと焦げるんです。ですから、元凶のグルコースの少ない方がいいです。糖尿病の小便中のグルコースと同じで、少ないのが喜ばれます。

森

フレンチフライにするにはどの品種を買ったらいいですか。

浅間

「ホッカイコガネ」という大きく長めの品種がありますね。あれあたりがいいですね。あと、チップスに使える品種であればやれます。

森

そうなんですか。水に晒すとデンプンが下に沈殿しますでしょう。だから、どのタイミングで引き上げたら良いか、心配になっちゃうんです。

浅間

時間とかはあまり気にする必要ないと思うんですよ。揚げるときまでやっていて。あと、その時ちょっと水切って、そして油はチップスよりはちょっと低めの温度でいいですよ。

森

ちょっと水を拭いてから揚げると。

浅間

そうですね。ガーゼとか、布きんではさんで水切って、そして揚げればいい。チップスもそうです。

森

揚げる適温は。

浅間

そうですね。チップス(180-170℃)よりは低めの温度で、時間は少し長くということです

ね。

森

低めで長く。はい、わかりました。今日、是非伺いたいと思ったのが、あまりにも定番のメニューでお恥ずかしいんですが、カレーライスと肉じゃがというと、ジャガイモ料理の誰でも作れるし食べたことがあるものだと思うんです。カレーライスってなんか北海道の場合、ずいぶん早くから食べられ始めたというふうに聞いているんですけど、起源をご存知だったら教えてほしいんですけど。

浅間

そうですね。これは札幌農学校が発祥なんですよね。明治5年に明治天皇が肉食して良いよと、肉食解禁ということをやったんですけど、その後明治9年に有名なクラーク博士ですね。彼が7月に赴任してきまして、北海道に来て、外国人に比べたら日本人は小さくて貧弱だと。なんでだろうと。アメリカでは米なんか食わないよと。これからの日本人はパン食って肉食べて、乳製品をたくさん摂っていい体を作ってほしいということで、ご飯を食べないようにという指導をしたんですね。けども、カレーライスだけは別だよと。その頃はライスカレーと呼んでいたようなんですけども。寮の記録にも明治9年ライスカレーを載せていたようですから、北海道が一番古いんじゃないかと思います。

森

そうですね。カレーライスとは対照的に肉じゃがというと醤油味だから日本の代表的なお総菜のような気がしますけど、これは何時ぐらいから食べられるようになったものでしょうか。

浅間

肉じゃがの方の元祖は東郷平八郎。東郷元帥ですね。日本が明治38年にロシア帝国と戦ったことがあるんですよ。その時に日本海つまり、対馬海峡で連合艦隊の司令長官として指揮したんですが、ロシア軍を圧倒的にやっつけまして一躍有名になったんです。実は明治4年から11年に渡ってイギリスに留学してまして、シチューなんか食べていたんです。そのシチューを日本にも普及させたいということで、海軍の偉い方だったものですからやろうとしたんですけども、ビーフシチューではワインとか、バターとかって食べるんですけど、日本にそういうのあまりなかったから、醤油を使ったということで肉じゃがが誕生したのです。

森

例えば江戸時代よりも前から食べられていたとかそういう話じゃないんですね。あまり

肉が食べられていないですものね。

浅間

そうですね。江戸時代の始めはまだジャガイモも来ていなかったですね。

森

ああ、そうですよね。失礼しました。東郷元帥がイギリスで食べたビーフシチューの味を日本流にアレンジして肉じゃがが誕生した。

浅間

最初の頃、『甘煮』って呼んでいたようですけども。その海軍の厨房の教科書があるんですけど、海軍厨業管理教科書というのがあって、それにレシピがちゃんと載っているようですね。その肉じゃがについても、論争があるんですよ日本で。広島県の呉市と京都府の舞鶴市ですね。両市とも、私のところが肉じゃがの元祖だって、今争っているんです。肉じゃが論争というやつなんですけど。

森

それは何ですか。材料が違うということですか。それとも味が違う。

浅間

そんなに違わないんですけども、明治 23 年から 24 年に呉の鎮守府参謀長として赴任していたのと。それから、もう 1 つ。その舞鶴の方は明治 34 年に舞鶴鎮守府初代司令長官ということで赴任していたんですね。それで、うちの方が先と。本家争いをやっているんです。僕は実際食べたことはないけども、呉の方の肉じゃがは牛肉とジャガイモ、こんにゃく、タマネギというものが主体らしいんですけど、舞鶴の方はこれらにグリーンピースとニンジンが加わっているらしいですね。

森

グリーンピースとニンジンは彩りのために載せるときれいですけど。でも、昔からそれ食べていたというところとちょっと違うんじゃないか。彩りまで気を使えるのは余裕なんじゃないかなという気がしますけど。栄養のバランスはいいですね。肉じゃがにしても、カレーライスにしても、家庭の定番料理だけれども、ジャガイモが入っていると、冷凍したら解凍したときに変な食感になりますよね。

浅間

そうですね。

森

あれはどうしてなんですか。

浅間

冷凍すると、細胞の中の水分が氷って膨らんじゃうんです。それで、細胞が壊れるわけ。

森

じゃあ、普通の家庭で作った場合は、ジャガイモが入ったまま冷凍はしない方がいいですね。

浅間

そうですね。ジャガイモの入ったのは冷凍しない方が普通はいいですね。

森

そうですか。

浅間

家庭用でも一部の冷凍庫で瞬間冷凍出来るのも今出回っているらしいですね。

森

冷凍された後の温度じゃなくて、途中経過で細胞が壊れる。

浅間

膨らませて細胞壊しちゃって、解凍するときに水分が抜けちゃうものですから、かさかさしたものになっちゃうので。普通、ジャガイモの入ったのは冷凍しない方がいいですね。スープカレーあたりはいいんですけど。最近、札幌でもスープカレーが人気ありまして、そのスープカレーもどうも北大近辺が元祖らしいですね。

森

そうですか。では音楽をお聴きいただいてから、続きを伺いますね。ボビー・ベアで「デトロイト・シティ」

(音 楽)

(この番組は社団法人北海道土地改良設計技術協会の制作協力でお送りしております。この

番組の放送内容は社団法人北海道土地改良設計技術協会のホームページでもご覧になれます。社団法人北海道土地改良設計技術協会のホームページアドレスは<http://www.aeca.or.jp>です。トップページから北の食物研究所へアクセスすると放送の内容が要約版と詳細版でご覧になれます。)

森

今日の日本いも類研究会顧問浅間和夫さんをお迎えして「奇跡の作物・ジャガイモ～国際ジャガイモ年 Part2」をテーマにお話を伺ってきました。スープカレー店だけが1つの建物に集まったような場所も札幌に出来て、大人気なんだそうですけども。札幌でスープカレーが出始めたのってどれくらい前ですか。

浅間

最近です。1996年だといわれていますね。

森

割と早いですね。

浅間

北21条の北大の近くにヴォイジュという店がこの年に開店したらしいんですけど。その辺からお店が増えていったみたいですね。

森

北大の近くだと学生さんが多いので、ジャガイモもニンジンもタマネギも大きいのを食べられて、バランスが良いからでしょうか。

浅間

そうでしょうね。我が家もどちらかというとスープカレーになっちゃいました。

森

おしゃれですね浅間家はね。ジャガイモの保存の仕方などでいくつかお聞きしたいことがあるんですが。特に家庭菜園で作ったりしたような場合は、なんか皮がざらざらしたものをお願いすることが結構あるんですけど。あのざらざらというか、斑点があるよう。シミがあるような感じが。それってどういう理由で出来るのかなといつも不思議だったんですけど。

浅間

現物を見ないと何とも言えないんですけど、「キタアカリ」は完熟した方がざらつきます。ソウカ病という病気では小判型の病斑が表面につきます。

森

販売用として流通には乗せられないんですか。

浅間

普通は捨てるのが多いですけどね。見た目が悪いですしね。

森

ソウカ病に罹ったら中身にも影響するんですか。

浅間

いや、中身は大したことないので、包丁で削り取ればそれでいいんです。

森

皮を削ってしまえば。

浅間

お店でいっぱい並んであったときにどのジャガイモを選んだらいいか迷われると思うんですけど、選び方のお話もしましょうか。

森

はい。お願いします。

浅間

選ぶのは、まず品種固有の形をしているかということです。「男爵薯」なら丸め、「メークイン」なら長いのが本来の形なんです。それで、その形がちょっと変わっているとか、デコボコして「メークイン」で丸いのとか、「男爵薯」で長いのか。そういうのは避けて下さい。「メークイン」でも、本当の「メークイン」はお尻が大きいのが「メークイン」かと思うかもしれませんが、「メークイン」は頭がちょっと大きいんです、そして人間の場合は、眉があって目がその下にありますよね。ジャガイモの場合逆なんです。目があって下に眉がある。これプロに聞いても間違っているんですよ。正しくは、眉毛の上に目があるんです。そこから上に向かって芽が出てきます。

森

じっと「メイクイン」を手にとって見ていればわかりますか。

浅間

はい。目(くぼみ)は頭部に多い。ちょっとした筋みたいな感じが眉で、その上にちょっとくぼんだところがあって、春になって見ていればわかるんですけど。そこから芽が出て来ます。芽は上の方にむかっています。

森

春になって芽が出るという芽と、この顔の目と今かけておっしゃっているんですか。

浅間

多くの方は間違っちゃうんですけど、窪みの状態を目。目玉の目で呼んでいるんです。目から芽が出てくるので、耳から聞くと混乱します。

森

目(くぼみ)が下じゃなくて、上。

浅間

上が正常で。それから、頭部が大きいんですよ。太めなんです。そして、お尻がちょっと細め。それが「メイクイン」の本来の形です。

森

そうですか。品種固有の形をしているものを。

浅間

選ぶということですね。2番目が今言った。そのソウカ病や、傷だとか、緑になっているのは捨てるということですね。それから、あと3番目は芽の出ているのは選ばない方がいいですね。

森

その一生懸命皮剥いて、だんだん緑っぽさがなくなってきたら、いいところだけ食べれば大丈夫ですか。

浅間

それで大丈夫です。

森

なぜ緑色になってしまうのでしょうか。

浅間

ジャガイモは茎なんです。サツマイモは根だから光が当たってもシロはシロのままですけど。ジャガイモの場合、茎なものですから陽があたるとグリーンになっちゃうんです。そして、そのグリーンは葉緑素なんですけども、それと一緒にグリコアルカドイロ、これはソラニンとか皆さん聞いていると思うんですが、それが緑のところでは多くなります。それがえぐ味の元です。

森

それは取り除いて食べた方がいいですね。

浅間

そうなんですが、他の食品にもアルカロイドがいっぱいありまして、皆さんコーヒーとか飲んだりする。あのカフェインなんかもアルカロイドだし、フキだとか、フキノトウだとか。

森

じゃあ、知らない間に食べている物質だということですね。

浅間

アスパラガスだとか、キュウリだとか。あれの苦みもアルカロイドですね。

森

悪いのは取り除いて。貯蔵するのには、適温が3度くらいとおっしゃいましたか。

浅間

そうですね。3度から6度くらいですね。

森

じゃあ、冷蔵庫に入る量だったら冷蔵庫に入れておくのが一番無難ですね。

浅間

そうですね。そして、光が当たらないようにね。長く入れておくと乾燥しますが。

森

今が旬でおいしい時期なので、ジャガイモを皆さんに食べていただきたいですね。今日は「奇跡の作物・ジャガイモ～国際ジャガイモ年 Part2」をテーマに日本いも類研究会顧問浅間和夫さんにお話を伺いました。浅間さんありがとうございました。

浅間

どうも。

森

来週は、元北海道農業試験場研究員伊藤喜三男さんをお迎えして「栄養満点カボチャの魅力」をテーマに番組を進めます。来週も是非お聴きくださいね。お相手は森久美子でした。

(北海道の大地から元気をもらおう。北の食物研究所。この番組は社団法人北海道土地改良設計技術協会の制作協力でお送りしました。)