

豆知識

大粒の高級小豆「大納言」

だいなごん

アズキの中でも特に大粒な品種で、煮たときに皮が破れにくい特徴を持ち、いわゆる「腹切れ」が生じにくいことから、切腹の習慣がないくぎょう公卿の官位である「大納言」と名付けられたと言われているよ。また、

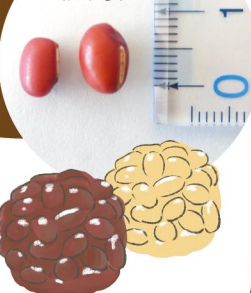


円筒あるいは俵のような豆の形が、大納言が被った烏帽子に似ているためという説もあるんだ。大納言は大粒で、煮くずれしにくいことなどから、甘納豆、鹿の子など豆粒の形状を保った豆製品の原料として使われてるんだ。



ショウズと大納言ではこんなに大きさが違うんだ。(左がエリモショウズ 右がとよみ大納言)

〈実寸〉



新豆を使った「いも団子入りお汁粉」

NHK「美の壺」の取材にご協力いただいた「まめっこ倶楽部」の皆さんがロケの時にご紹介したレシピです♪

材料 ●アズキ…200g ●水…豆の4倍量 ●塩…少々
●砂糖(上白糖とグラニュー糖あわせて)…200gぐらい(甘さはお好みで調整してください)
○ジャガイモ(きたあかり)…300g ○でん粉…75gぐらい
※ジャガイモ1kgに対して、でん粉250gの比率

- 作り方**
- ①小豆を洗って、4倍の水で1時間ほど煮る。最初は強火で、沸騰したら中火より小さくする。豆がポコポコしない程度の火力で、芯(堅いの)が無くなるまで様子を見ながら煮る。
 - ②ジャガイモの皮をむいて水に5分ほどさらし、小さく切って柔らかくなるまで茹でる。
 - ③②の水を捨て、火にかけて水分を飛ばしたら熱いうちにつぶす。
 - ④③の粗熱が冷めたら、でん粉を少しずつ加えて滑らかになるまでこねる。でん粉は多く入るとツルツとするが、イモの感じがなくなるので入れ過ぎに注意する。(硬さは“耳たぶくらい”)
 - ⑤①が煮えたら、砂糖は8分目ぐらい入れて味をみながら加減し、塩を入れる。味が決まったら④を小さく丸めて中央をくぼませ、平たい丸にして鍋に入れる。いも団子が沈んで、浮いてきたら出来上がり♪

※豆はサッと洗って、浮いた豆は取り除きます。新豆を使っているので「茹でこぼし」はしません。

※上白糖だけだと甘過ぎるので、グラニュー糖も入れてあっさり仕上げました。

※でん粉はジャガイモの種類によって量を調整(でん粉質の高いイモはでん粉を減らし、低いイモはでん粉を増やす)してください。



JAからのお知らせ

新商品

「SOYKARI・そいかり」のご案内

本別産大豆を100%使用したノンフライのスナック菓子が商品化されました。たんぱく質や食物繊維はもちろんのこと、亜鉛や鉄・マグネシウムも豊富です!!風味豊かな青のりと絶妙な塩味のバランスがgood♪
1袋35g入り(希望小売価格298円・税別)で、**町内価格は250円(税込)**にて好評販売中です。カリッと美味しい!「SOYKARI・そいかり」を、ぜひ、ご賞味ください。



食物繊維
たっぷり

植物性
たんぱく質

添加物
不使用

町内の取扱店: エコープほんべつ店、道の駅ステラ★ほんべつ など

お知らせ!

NHKの美術番組「美の壺」

“和菓子”をテーマにしたスペシャル番組の中で**本別町のアズキ**が紹介されます。

放送は、**11月20日(土)**

午後6時から(90分スペシャル)

NHK BSプレミアム

皆さん♪お見逃しなく!

今号のテーマ

本別町産の アズキ 小豆について

収穫後のニオ積み

収穫前(小豆畑)の様子



本別町で生産されている小豆についてご紹介します。



日本のアズキは主要産地が北海道！
国内生産量の9割以上を占めています。

(北海道産のうち、3割以上が十勝で生産されています。)

ちなみに令和3年度の町内での作付面積は584haで、133戸の農家さんが作っています。

なぜ十勝がアズキの産地なの？

昼夜の寒暖差が
大きく、アズキの
糖分が高くなる。



アズキは昼間太陽の光を浴びて生長しながら養分をつくりだし、夜にその養分を糖分に換えています。夜の気温が高いと、生長に栄養分を使ってしまい、糖分がたまりません。昼あたたかく、夜が冷涼であると、効率よく糖分をためていくことができるのです。

輪作に適した
広い面積が
確保できる。



アズキは、同じ畑でつくり続けると病害虫が増え連作障害を起こします。それを防ぐために、4年輪作を行います。アズキをつくるためにはその4倍の土地が必要、ということなんですね。
※輪作とは翌年に違う作物を植えることだよ。

冷涼な気候のもとで
育つと風味が
よくなる。



タンニン(渋み)の含有量は、実が熟するときの日照時間によるとされています。北海道産のアズキはタンニンの含有量が低く、渋みが抜けやすいというデータがあります。



これらの条件がそろっている十勝は、アズキの栽培に適しているのです！

アズキの歴史

アズキの名の由来は、「ア」は「赤色」、「ツキ」および「ズキ」は「溶ける」の意味があり、赤くて煮ると皮が破れて豆が崩れやすいことから「アズキ」になったといわれています。日本では、いまから6千年前の縄文前期の遺跡からアズキの炭化種子が発見されていて、奈良時代初期の「古事記」に初めてその名が登場しました。



古来から人々の生活と密接に結びついた豆で、日本をはじめとするアジアではアズキの赤色に魔除けなどの神秘的な力があると信じられ、祭りや祝い事など「ハレの日」に食べるものでした。

現在ではアズキのほとんどが餡や菓子の原料となり、和菓子、菓子パン、汁粉、ゆであずきなどに加工されています！



漢方薬としてのアズキ

昔の日本では、旧暦の1日と15日に「あずきご飯」を食べる習慣がありました。1日は月が膨らみだす新月、15日は丸くなった満月を祝って、お赤飯を炊いたそうです。そんな習慣を伝えてきたのは、アズキが生命のシンボルといえるほど生命を守る成分が豊富で、昔の人はその含まれている成分が体を元気にしてくれることを経験的に知っていたのです。医学がまだ発達していなかった頃は、アズキを食べることで病気の回復や予防をしていたようです。漢方ではアズキを「赤小豆」と呼んでいて、解毒や利尿作用、便通をよくしたり、むくみを治す効果があると古くから知られています。また、アズキに含まれているサポニンやカリウムの働きで、血液をサラサラにしたり動脈硬化の予防になることもわかってきており、皮にはポリフェノール、実には鉄分が多く含まれています。



栽培スケジュール

5月中旬から5月下旬 播種



中耕・除草

播種から約50日目



中耕・除草



その1週間後

中耕とは、うねの間に機械で浅く耕す作業のことで、雑草の発生を抑え、土壌の水分保持力や通気性の改善、排水対策などを目的に、播種後20～30日頃から根が急速に発達する7月中旬頃までの間、およそ10日おきに2～3回程度おこないます。

アズキの花は
黄色だよ！



8月開花期

病害虫防除

病害虫を防除するため、開花から成熟期までの約2カ月ぐらいの間で、2～3回程度の農薬散布をおこないます。



播種から約110日目…ここから成熟が進んで葉の緑色の範囲が少なくなり、褐色に変化していくといよいよ収穫の時期となります。

病害虫防除



播種から約100日目…花の子房にある胚珠という小さな粒が豆になります。咲いた花のうち、アズキの豆が入った莢(さや)となるのは約50%です。

9月後半から10月収穫



〈ピックアップスレッシャーの作業〉

昔は霜が降りるのが早かったので完熟前に刈り取って「ニオ積み」をしていたけれど、最近は霜が遅いので莢が全体的に熟したら、豆刈り機でアズキの株を刈り取って「ピックアップスレッシャー」という脱穀機で拾いあげながら脱穀をしたり、コンバインで刈り取りから脱穀までを一気に終わらせたりする機械収穫がほとんどだよ。

「ニオ積み」とは、刈り取ったアズキを畑で大きな山になるように積み重ねて、2～3週間ほど天日で自然乾燥させる伝統農法だよ。今は畑の面積が多くなったこともあって刈り取りは機械を使うことが多いけど、乾燥の状態がそろって風味の良い仕上がりになるので現在も積み重ねられているんだ！(アズキの莢はおなじ株でも成熟する時期が違うので、本州の温暖な地方では収穫時期の降雨による劣化を防ぐため成熟した莢から手摘みしているよ)

