

黒豆の利用法あれこれ

～江戸時代の黒豆料理～

今回から、「昔はどんな風に黒豆を食べていたのか？」という疑問をもとに調査した結果をお届けするシリーズ「黒豆の利用法あれこれ」を連載します。

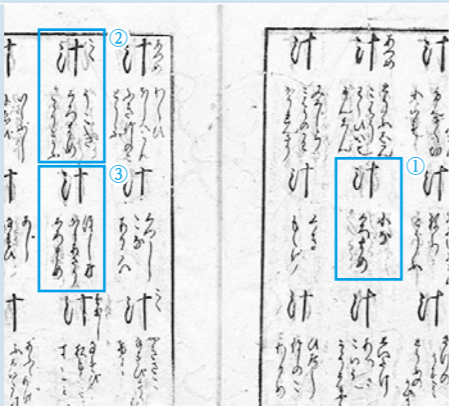
汁物

江戸時代前期の料理本「料理物語」(1643年(寛永20年))や「料理献立集」に、黒豆を用いた汁物が記されています。「料理物語」では「干し菜汁」(干し菜：大根の葉などを干したもの)という味噌仕立ての汁物の具材としてハマグリ、里芋などととも登場します。

江戸前期の料理書「料理献立集」に記された黒豆を使った汁物のレシピ

- ① にな(貝の一種)・くろまめ
- ② うこぎ(ウコギ。山菜の一種)・くろまめ・こうりとうふ
- ③ ほしな・ほしあさり・くろまめ

※画像は料理献立集(提供：ROIS-DS人文学オープンデータ共同利用センター)を改変して作成しました。この画像はクリエイティブ・コモンズ表示継承4.0国際ライセンスの下に提供されています。



酒

黒豆は漢方では腎機能を補うとされています。その薬効を生かすため「豆淋酒」という薬酒が作られていました。1643年(寛永20年)の料理本「料理物語」では炒った黒豆を酒に浸しておき、豆が柔らかくなれば飲み頃、と書かれています。また、朝倉山椒や薬草などを入れて作る方法も残されています。



お菓子

1830年(文政13・天保元年)の随筆「嬉遊笑覧」によると、黒豆を炒って青のりをまぶした「真盛豆」というお菓子があり、これを豊臣秀吉も食べたと言われています。1805年(文化2年)に十返舎一九が記した「餅菓子即席手製集」には、黒豆を煮て干し、炒って皮を取り、水あめで固めた「大豆糖」のレシピが記載されています。

そのほか、茹でた黒豆の皮をむいてすり潰し、餅に絡めて食べる「黒豆あん」のような食べ方もあったそうです。

↳「煮豆」や「黒豆ご飯」については次回以降ご紹介します

vol.16

丹波篠山の黒大豆栽培・300年の歴史

日本農業遺産認定

ご意見募集中です

送付方法

1) 電話・FAX
☎ 552-1114
FAX 552-2090

2) メール
norin_div@city.sasayama.hyogo.jp

3) ホームページ
下記の二次元コードを読み取ってください



“変わる”ふるさと納税 続報です!

今年の丹波篠山市は、ふるさと納税をきっかけとしたブランド推進に取り組んでいます。引き続き、取り組みの状況をお届けいたします。新たな返礼品の追加や、プロモーション活動などの取り組みを進めていますが、今回はガバメントクラウドファンディングの取り組みをご紹介します。

ガバメントクラウドファンディングプロジェクトを追加しました!

自治体が抱える課題をプロジェクト化し、そのプロジェクトに共感した方から寄付を募るガバメントクラウドファンディング。新たに1つ追加し、5つのプロジェクトで寄付を募集しています。

New!

新プロジェクト 野生動物と共生する獣がい対策



深刻な課題である「獣害」を資源に変えて地域を活性化していく、丹波篠山モデルの「獣がい対策」を全国に発信していきます! 野生動物と共生できる豊かな丹波篠山を未来に継承するために、ご支援をお願いします。

他のプロジェクトも引き続きご支援募集しています!

寄付募集期間終了まで残り1カ月を切りました。引き続き多くの方に共感していただき、ご支援をいただきますよう、周知にご協力をお願いします!



問い合わせ ふるさと納税推進室 ☎552-1111

大学連携でんしよばと

問い合わせ
神戸大学・丹波篠山市農村イノベーションラボ ☎506-6628
丹波篠山フィールドステーション ☎506-2366

学生・アクションラーニング



留学生とめぐる丹波篠山

～神戸大学留学生の日本文化見学旅行～

6月10日、神戸大学留学生の「日帰り丹波篠山ツアー」が開催されました。

12カ国から来日した留学生14人は、まず丹波焼の陶芸体験に挑戦。昼食は、黒豆ごはんをはじめ特産品たっぷりのお弁当を味わいました。

午後からは、国際農業サークルAGLOCのガイドで城下町を散策しました。AGLOCが、このツアーのために作成した英語のオリジナルガイドブックも好評でした。

最後に、岡野地区で黒大豆の播種を体験しました。農家の方から直接指導を受けながら、畑仕事の工夫や苦労話などを聞くことができました。あぜ道を歩きながらの農村風景も楽しんでくれたようです。充実した見学旅行になりました。

(清水夏樹さん：神戸大学農学研究科特命准教授)

