青森毛豆

AOMORI KEMAME

www.kemame.jp

青森の風土に根ざした作物「毛豆」
その歴史と食文化

青森毛豆研究会編

青森毛豆研究会
Aomori Kemame Study Group

毛豆とは

青森県で栽培されている在来の枝豆。名前の通り、さや、茎、葉など、全体がびっしりと毛に覆われており、毛の色は茶褐色である。
豆は大粒で、豊かな風味、強い甘味を持ち、ほっくりとした食感が特徴。
晩生のため、一般的な枝豆よりひと月ほど遅れて、９月下旬から 10 月上旬頃に収穫期を迎える。

毛豆の種子は、完熟しても種皮が青く、臍の部分が黒っぽい、黒目青大豆である
(青森毛豆研究会調べ)。

青森県が 2001 年に品種登録をした枝豆、「豊丸」と「福丸」は、毛豆をベースに、その食味を生かしつつ、早生品種として開発されたもの。
在来の毛豆と同じ時期に播種しても、早く生長し、全国的に枝豆の需要が最も高まる８月中旬頃から収穫期を迎える。

青森のソウルフード毛豆

一般的な枝豆の歴史

日本での大豆の栽培の歴史は古く、「古事記」や「日本書紀」にも、その名が登場している。日本には中国から伝播したとされ、朝鮮経由で北日本に伝わったという説もある。

ちなみに、中国語では、枝豆を毛豆（マオドゥと発音）という。

大豆を未成熟の緑色の豆の状態で食べるようになったのは、奈良時代らしい。枝ごと収穫してゆでたのが、枝豆という呼び名の由来とか。

江戸時代（17 世紀末頃）には、枝付きのままゆでた枝豆が売られるようになったという。

豆名月という風習が始まったのも江戸時代。陰暦の九月十三夜に、ゆでた枝豆を供えて月見を楽しんだとされ、現在でも、各地にこの風習が残っている。

毛豆のルーツ

17 世紀末に記された「農業全書」によれば、当時すでに多種類の大豆が栽培され、青大豆もつくられていたことがわかる。

青森にも、江戸時代以降に書かれた農書がいくつか残されているが、個々の作物に関する記録は少ない。18 世紀後半に大豆栽培の記述が見られるが、詳細は不明である。

しかしながら、青森の地で、古くから毛豆の栽培が何世代にも渡って続けられ、現在に至っているのは事実。

青森県民のソウルフードのひとつである毛豆。その毛豆が、いつから青森で栽培されてきたのか。その詳細については調査続行中である。

青森の気候と毛豆

北国の夏の大地が育む豆

毛豆の旬が遅い理由

大豆（枝豆）は、別名、畦豆とも呼ばれる。かつては田の畦や苗代に植えられることが多かったからだ。毛豆も例外ではない。青森でも、畦豆の名で通じる。

毛豆の主産地は、もともとは、雪深い津軽地方である。春の訪れが遅く、田植えは４月の雪融けを待ってから。毛豆が植えられるのは、田植えが終わり、りんごの作業も慌ただしく始まる 5 月以降となる。

晩生の毛豆は、そこから、ゆっくりじっくり時間をかけて生長する。

青森の春夏秋は短い。少しでも多くの作物を収穫するために、農地を遊ばせておくことはない。

そのため、毛豆は、作物と作物の間や、作物を収穫して空いた農地に、次々と種が播かれることも多い。生命力が強く、日陰や水分の少ない農地でも育つ上、土を肥沃にし、なおかつ雑草を少なくするからだ。

早生の作物を収穫した後の農地に播いた豆は、当然、実りの時期が遅くなり、初雪が降り始める頃に収穫されることも珍しくなかったという。

青森では、枝豆（毛豆）は、お盆の時期の風物詩ではなく、秋から冬に楽しむ味覚。以前は、10 月半ばからが旬とされていたそうだ。

温暖化の影響なのか、昨今は少し収穫が早まった。

しかし、「より時間をかけて育った晩生のほうが、味が濃くてうまい」という通も多い。

毛豆が美味しい理由

　春の終わりに植えられた毛豆は、生長がゆっくりであるため、夏いっぱい、太陽の光を十分に浴びて育つ。青森の夏は昼夜の寒暖差が大きい。やや過酷なこの気温差が、毛豆の甘味を増す要因と考えられている。

　昔から、畑に播く毛豆の種子は、よりよいものが選ばれ、残されてきた。毛豆の目利きたちが、いい豆を選りすぐり、次代へとつないで、味のいい毛豆がずっと受け継がれてきたのである。

毛豆が毛深い理由

　大豆のさやにはもともと毛が生えている。現在流通している枝豆は、枝豆専用として人工交配や突然変異育種により品種改良されたものが多く、改良の過程で毛がほとんどないものが増えてきたらしい。

　毛豆は、青森在来の枝豆であり、良い種子が代々選抜されてはきているが、本来持っていた姿をほぼそのまま保っている。毛深い姿もそうだ。この見慣れた姿に目を細め、青森県民は、毛深くてこその毛豆、毛こそうまい枝豆の証と信じ、愛情込めて、「毛豆」と呼ぶのである。

ばっちゃが守る秘伝の豆

毛豆が他県に出回らなかった理由

そもそも毛豆は、農家が自家用に育てていた作物であり、ほぼ県内消費されてきた。だから、県外に出回ることがほとんどなかったのである。

枝豆全般にいえることだが、収穫後の食味の変化が早いため、かつては遠方への出荷がむずかしかったという事情もあったろう。

しかし、なによりも、毛豆は農家にとって貴重な保存食であり、しかも、各家々で、家の毛豆の味を守っていたことが、市場に出回らなかった最大の理由かもしれない。

毛豆は、各家が大事に守る、いわば、門外不出の秘伝の豆だったのである。

毛豆の主産地であった津軽地方は、今も昔も穀倉地帯である。しかし、かつては、冷害による凶作や洪水による被害で、米がほとんど収穫できない年も頻繁にあった。そんな時、保存している毛豆の種（完熟した乾燥豆）は貴重な食料となったのである。

また、多少、気象条件の悪い年でも、毛豆はなんとか育ち、農家の食卓を支えた。

ずんぐりむっくりで毛深く、無骨な見た目の毛豆だが、地元の人々に愛され続けるわけがここにある。大地に張った根で土を肥やし、滋養豊かな大粒の豆で人々の腹を満たす。いざという時は救世主ともなる頼もしい存在として、各家に常備されてきたのだ。

門外不出の種子

ばっちゃ、かっちゃが育てる理由

県民同士で毛豆の話題に及ぶと、「うぢのかっちゃの豆がいぢばん」「いや、おらほのばっちゃの豆がいぢばん」と、途端に毛豆自慢が始まる。

父方や母方の祖母に毛豆名人がいる、母や妻が育てる毛豆が最高だと絶賛する人がとても多いのだ。

そう、毛豆は、ずっと女性が育んできた豆なのである。

たとえば、こんな話がある。

津軽平野には浅瀬石川という川が流れており、下流域ではよく洪水が起こった。そのため、米が不作の年が多く、農家では食べるに困ることも度々あったという。

そこで、その地域に娘を嫁がせる母親は、自分が育てた毛豆の種を必ず娘に持たせたという。凶作の年も、これを食べてしのいで家族が飢えずに済むように、と。

娘は、嫁ぎ先で、その豆を大事に育て、また、種を採る。そうして、母から娘へと受け継がれてきたのだ。

少しでも美味しい毛豆を育てること、それはすなわち、家族への愛情そのものであった。だから、女性たちはひたすら、豆を育て続けてきたのである。

母から娘へ受け継がれる

ある農家で聞いた。
「毛豆は、ばっちゃの領域。すべてをばっちゃが決める。誰も口出しはできない。でも、ばっちゃの言う通りにすれば、うまい豆ができるんだ」と。

むろん土壌管理などは、他の家族が行うが、種選び、播種のタイミング、育て方は、ばっちゃが師匠。経験に勝る知恵なしというわけだ。

また、「田植えが終わった後、毛豆を植えた苗代は、ばっちゃ達の井戸端会議場になるんだ」とも。

女性達は、苗代の前に集まって毛豆の情報交換をし、時には種の交換もする。もっと美味しい毛豆を育てたいという気持ちは、今も昔も変わらない。

しかし、独自のこだわりや秘策など、肝心の部分はぼかしておくのはお互い様である。競い合ってこそ、毛豆の味はよりよくなるのだから。

こうして、ばっちゃやかっちゃが積極的に品質向上を図りながら、毛豆を現代に伝えてくれた。そして、昔ほど極端な凶作がなくなったいまは、毛豆も少しずつ県外へ出荷することができるようになったのである。

枝豆本来の姿に近いとされる「毛」が特徴

秋冬の食卓を彩る故郷の豆

毛豆を塩漬けにする理由

故郷の味、毛豆の塩漬け

青森では、毛豆を漬け物にして食べることもある。枝豆の漬け物は全国的にも珍しいらしい。

毛豆は 1 本になるさやの数が非常に多い。霜や雪に当たらないように、完熟を待たずに収穫する毛豆の量は膨大になる。かといって、生の豆は保存できない。そこで、塩漬けにされるようになったらしい。

シンプルに塩だけで漬けられた毛豆は、乳酸発酵して、甘酸っぱく漬け上がる。

正月の食卓に並べれば、久々に帰郷する津軽衆にとっては、懐かしい故郷の味との再会となる。地味な一品ながら、旬にゆでたての毛豆を食べられなかった家族や知人への心づくしのもてなしとなるのだ。

毛豆が料理にも向く理由

和食はもちろん洋食にも「毛豆のフムス」

毛豆は、豊かな風味を持つため、さやから出して料理やスイーツに使っても、それが十分に生かされる。また、豆の粒が大きく、実がしっかりとしているので、彩りよく、存在感もある。

毛豆を育てているばっちゃ手づくりの「毛豆の炊き込みご飯」と「毛豆の干し餅」をいただいたことがある。

どちらも豆の味が濃厚で、ご飯はおかずがいらないほどの満足感があったし、干し餅はあとをひくうまみがあった。

ゆでて食べるシンプルな毛豆を味わったあとは、ぜひ、料理に使って、青森のおばあちゃんの味、お母ちゃんの味を体感してみてもらいたい。

発行日：2013.01 発行
制作　：青森毛豆研究会
〒036-8035
青森県弘前市百石町 38-1
株式会社コンシス内
TEL　：0172-34-9710
MAIL ：info@kemame.jp

「むつ小川原地域・産業振興プロジェクト支援助成金」を受けて制作しております。
※本紙の無断複写・複製・転載を禁じます。

取材・編集：山内 美香
データ制作：株式会社コンシス

青森毛豆研究会
Aomori Kemame Study Group

http://www.kemame.jp/