

しょうゆの豆知識

まめちしぎ



北伊醤油



内容

第7章 濃口醤油と淡口醤油

豆知識 目次

▶ 醤油の豆知識TOPに戻る

▶ 第8章
醤油の特性・健康成分

◀ 前のページへ戻る



<http://kitaishoyu.com/>

◆ こいくち醤油とうすくち醤油

日常多く使われる醤油は「こいくち」と「うすくち」です。この名前の違いは色の濃淡だけでなく、性質において対称的な違いがあります。地域、別の言い方でいえば、醤油醸造に使われる水質の関係で、「こいくち」が関東で、「うすくち」が関西で発展してきました。

関西では白身の魚や新鮮な野菜が年間を通してとれたことから、素材の風味を消さないで味付けするために、うすくち醤油が使われるようになったと考えられています。一方、関東では、味の濃い脂肪分の多い魚や保存した野菜などが使われたために、こいくち醤油が使われるようになったと考えられています。

このように、こいくち醤油は動物性食品によく合うのに対し、うすくち醤油は植物性食品に合うという違いがあります。さらに、こいくち醤油は特有のよい香りが強いのに対して、うすくち醤油は香りが弱く、あっさりとした旨味が特徴です。これが、昔から「香りの濃口、旨味の淡口」と言われる由縁です。

関東地方 銚子や野田 硬水		関西地方 兵庫県の龍野 軟水
濃厚な風味 強い香り	青魚・肉	白身魚・野菜
つけ、かけ、煮物、焼き物、だし、タレ等		野菜や吸い物、鍋物等。生で使うよりも煮物
原料：大豆、小麦、塩		原料：大豆、小麦、米、塩

こいくち醤油

1. 色

色は普通、光の透過率、刺激純度、明度で表すものですが、計測器が必要ですし、分析に時間も掛かります。そこで、醤油の色は見本の何番と同じ濃さ（日本醤油検査協会が認定、配布している標準色デスク）ということで、色の濃さを決めます。標準色の番号は大きくなるほど色は淡くなる。こいくち醤油は18番未満と決められています。

2. 香り

動物性食品、特に魚類には特有の生臭さがあります。この生臭さを消して、醤油特有の風味を魚につけるために発達してきたのがこいくち醤油です。醤油が発達した当時、江戸は江戸前といわれるほど多くの魚が獲れました。それも関西、特に瀬戸内海の白身の魚とは異なり、どちらかという背の青いクセの強い魚が多かったこともあり、江戸を中心に関東では香りの強い醤油が好まれた背景があります。

3. 塩分濃度 こいくち醤油 14.5 g/100ml (五訂食品成分表)

4. 原料 大豆、小麦、塩

5. 醸造 大豆8割、小麦2割の割合でもろみを作って、1年から2年熟成されたもの。

6. 料理：赤褐色で味・香りも強く、煮物・炒め物・天出し・合わせ物・ポン酢といった何にでもよく合う万能型の醤油です。豊かな香りは生臭みの気になる肉や魚に抜群の相性です。

うすくち醤油

1. 色

「うすくち醤油」というのは、「こいくち醤油よりも色が淡い醤油という意味。色は普通、光の透過率、刺激純度、明度で表すものですが、計測器が必要ですし、分析に時間も掛かります。そこで、醤油の色は見本の何番と同じ濃さ（日本醤油検査協会が認定、配布している標準色デスク）ということで、色の濃さを決めます。標準色の番号は大きくなるほど色は淡くなる。うすくち醤油は標準色の18番以上・22番以上と決められています。

2. 香り

植物性食品の香りは一般的におだやかです。しかも、その香りを生かして調理するほうが季節感あふれる料理を味わうことができます。素材の香りを生かすには、うすくち醤油の方が好都合です。特に京都は海から遠いということもあり、昔は食卓の中心は植物性食品でした。そこで、京都を中心に関西ではうすくち醤油が発達したと考えられています。しかも、関西は瀬戸内海に面しています。そこで獲れるのはクセのない白身の魚が主力だったことも理由のひとつに挙げられます。

3. 塩分濃度 うすくち醤油 16 g/100ml (五訂食品成分表)

4. 原料 大豆、小麦、米、塩

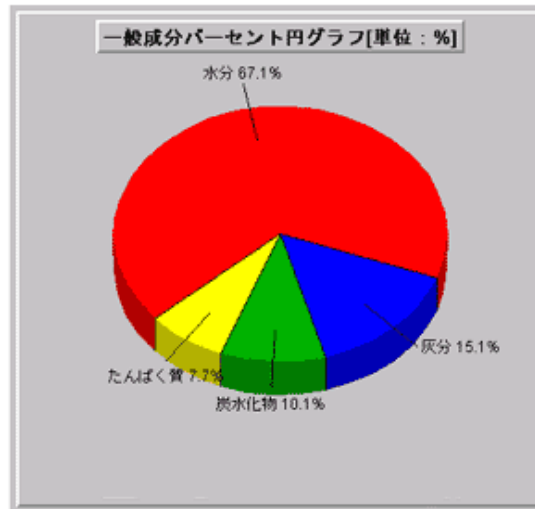
5. 醸造 小麦7割、大豆2割、米1割の割合でもろみを作って半年程度で火入れ（殺菌）をして完成。

6. 料理：鍋物、おでんをはじめとして、醤油の香りで材料の風味を消さないうえ、みりんを加えて加熱するとよい香りがでるので、煮物・炒め物にも良く合います。濃口とくらべると色が薄く、やや塩分が多

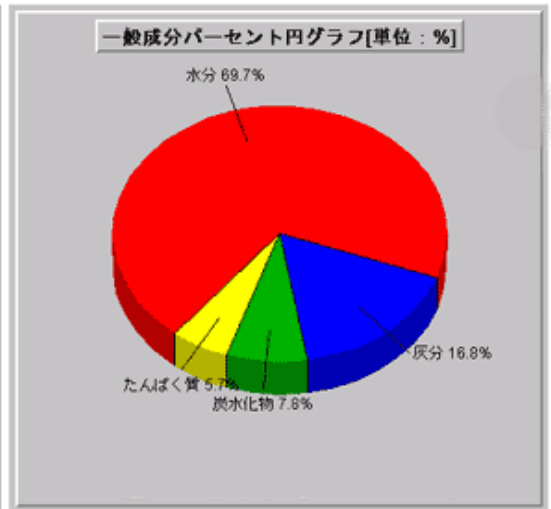
めです。お吸い物や淡白な白身魚、野菜など素材を生かす料理に最適で、その淡い色は料理を実に美しく仕上げてくれます。

一般成分パーセントグラフ

こいくちしょうゆ



うすくちしょうゆ



「軟水」と「硬水」とは？

水には硬度があり、硬度の高いものが硬水、低いものが軟水です。

硬度とは、水の性質をあらわすひとつの目安で、水に入っているカルシウムとマグネシウムなどのミネラルの総量を指します。

計算方法は、硬度 = (カルシウム量 × 2.5) + (マグネシウム量 × 4) です。

また、世界保健機構 (WHO) の飲料水質ガイドラインによれば、硬水と軟水は次のように分けられています。

軟水	(硬度0~60mg/リットル)
中程度の硬水	(60~120mg/リットル)
硬水	(120~180mg/リットル)
非常な硬水	(180mg~/リットル)

硬度は水の味に影響を与え、硬度の高い水は口に残るような味がし、硬度の低すぎる水は淡白でコクがなく、適度にあるとまろやかな味になるといわれています。

日本は、地質の特性や国土の狭さなどから、水へのミネラルの溶け込みが少なく、軟水が主体です。

なお、厚生労働省が発行している『おいしい水の要件』によると、硬度10~100mg/リットルの水がおいしいとされています。

軟水は、醤油の色を濃くしない特性がありますが、逆に、硬水では、醤油の色が濃くなります。おおまかに、西日本は軟水、東日本は硬水と言うように地質的に分かります。



▲ [このページの先頭へ](#)

Copyright(C) 2002-2004 有限会社 北伊醤油 All Rights Reserved.