

# 江戸甘みそ

東京聖栄大学 健康栄養学部 食品学科 猪越絵理奈  
佐藤智茄  
藤形さえみ



**味噌**は、奈良時代のすこし前7世紀半ばに渡ってきた高句麗伝来の醬を未醬といったことに由来します。鎌倉時代に禅宗の寺院で大豆加工品が多く作られるようになり、現在の味噌に発展しました。

味噌を作るにあたり必要になる**麴**とは穀物に麴菌を培養し繁殖させたもので、味噌をはじめ、酒、醤油など発酵食品の製造において大事な役割を担っています。この麴の原料から味噌は**米味噌**、**麦味噌**、**豆味噌**の3種類と、これらを混合した調合味噌に分けることができます。他にも甘口、辛口というように、味噌は味によっても分けられます。

辛さ加減は食塩の量にもよりますが、もう1つの決め手は**麴歩合**です。麴歩合とは原料の大豆に対する麴の比率のこと。塩分が一定なら、麴歩合が高いほうが甘口になります。

**江戸甘味噌**の始まりは、天正18年に徳家康が江戸に入って町造りを始めると、その発展とともに仙台味噌、津軽味噌、三州味噌、白味噌、様々な味噌が全国から伝わり販売されるようになりました。その中で、麴からの香味を主体とした関西の白味噌とは異なる、大豆由来の香味と独特の光沢や風味を有する江戸甘味噌が改良によって生まれ、江戸っ子の人気を博すようになった江戸時代伝統の甘味噌。

**製造方法**は、一般の味噌との違い、米麴を贅沢に倍量使って

大豆をあめ色になるまで、40度の温度を保った蔵で寝かせることでアミラーゼ反応が起きることにより、こってりとした深い甘味と香りが生まれる。塩分は5%と、通常の味噌の半分以下になる。

