

東海地域の和食文化ネットワークの会員の皆様

◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇
▽ 東海地域の和食文化メールマガジン ▽
◇ 「東海の和食」第72号（2024年5月24日） ◇
△◇○△◇○△◇○△◇○△◇○△◇○△◇○△

かつて、こんにゃくは高級品でした



鍋の材料として煮たり、ステーキ風にしたり刺身用として食べたりと、こんにゃくは用途が広いうえに、スーパーなどで簡単に手に入れます。そんなこんにゃくですが、かつては高級品として扱われていました。原料のこんにゃく芋が傷みやすく、保存や流通が難しかったためです。町人も食べられるようになったのは、江戸時代になってからのこと。水戸藩の農家が、芋を乾燥させ粉状にし、そこからこんにゃくを作る方法を開発してからは、庶民的な値段に落ち着いたそうです。

こんにゃくはカロリーが低く、また腸内の老廃物を排出する働きがあるので、健康に良い食材とされています。そのためか、各地でこんにゃくを使った郷土料理があります。以下にふたつを紹介しますが、こんにゃくを食材にした料理はたくさんありそうです。

今夜は、かつての高級品「こんにゃく」を楽しんでみませんか？

https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/tamakonna_yamagata.html（玉こんにゃく。山形県）

https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/konnyaku_no_hachihai_kagawa.html（こんにゃくのはちはい。香川県）

（ともに農林水産省「うちの郷土料理」へリンク）

事務局からのお願い

（１）みなさんからの情報をお待ちしています！（掲載記事の募集）

本ネットワークでは、食文化の保護・継承活動に関する情報を発信します。

会員の皆様から、広く発信・共有したい情報等がございましたら、

- ・ タイトル（30字以内）

