



これまでの情報はこちら↑

あの徳川家康公も好んで食べていた！？



伝統的な製法で造られています。

大豆を粒のまま発酵させています。

1300年の歴史がある発酵食品「濱納豆」



対談

国松本店
代表取締役 國松 勝子 氏農林水産省 東海農政局
消費・安全部 部長 小山内 司

～こんな話を聞きました～

- 途絶えさせてはいけない日本の宝
- 魅力をもっと知ってもらえるように
- 濱納豆は美味しく環境にもやさしい
- 小さな粒の食べ方は無限

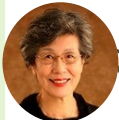
途絶えさせてはいけない日本の宝

小山内：東海農政局では食の関係者に取材を行い、その概要を「TOKAI ミニコミ」として発信しています。今回の取材先は濱納豆でおなじみの国松本店です。

まず貴社の概要をお聞かせください。



小山内部長



国松代表

國松氏：当社は愛知県豊橋市で、創業から140年間濱納豆をつくり続けています。伝統食の濱納豆は、愛知県のほか東京など県外のお客様にもご愛顧いただいています。

濱納豆の製造業者は、以前、豊橋市内に6社ありましたが、現在は当社だけです。

濱納豆は1300年の歴史があると伝えられています。日本の調味料の原点でもあり、**途絶えさせてはいけない日本の宝**です。

濱納豆を初めて耳にした方もいらっしゃると思います。納豆という名前ですが、製造時に使用するのは、納豆菌ではなく味噌と同じ麹菌です。このため、大豆製品の中では、味噌に近い商品です。



徳川家康公など戦国武将も好んで濱納豆を食したと伝えられています。

高度経済成長期を経て食卓に上る機会が減ってきましたが、近年、学識経験者などから「こんな食材があったのか」と驚きの声をいただいています。

濱納豆の製法を教えてください。



簡単に説明しますと、①水に浸漬した大豆を蒸す、②大豆に麹菌を付け製麹（せいぎく）する、③塩水に浸し熟成させる、④天日で干す、これで完成です。この一連の工程には、約6か月かかります。

塩水に浸して熟成させるんですね。料理の調味料になりそうです。



ご飯のお供にもなりますが、調味料にもなります。料理人からは「困ったときは濱納豆」「万能調味料」などと称賛をいただき、和食、洋食、中華、スイーツなど私どもが考えもしなかった料理でお使いいただいています。

また、濱納豆を研究されている医療関係の先生からは、健康面での効用があるという研究結果が出されています。

濱納豆は美味しく環境にもやさしい

濱納豆はどのように保存したらよいですか。



当社の濱納豆は、塩分をできるだけ控えています。また、添加物や保存料を一切使用していませんが、常温保存が可能です。直射日光を避けて冷暗所保管であれば賞味期限は1年間です。

賞味期限内が前提ですが、濱納豆は保存中も熟成が進み、味わい深くなります。

具体的にどういう味になりますか。



熟成が進んだ濱納豆は、味噌味が抜けてうま味と風味が口の中に広がります。

相性の良い食品と一緒に食べてもおいしそうです。



はまなっとうカルボナーラ

そのとおりです。

例えば、ナチュラルチーズに濱納豆を載せて食べると絶品です。洋食やスイーツにも合います。

國松本店のWebサイトにレシピを載せていますので、ご覧ください。



はまチョコアイス

はまチョコアイスは、スイカにお塩をかける原理と一緒にですね。



SDGs（持続可能な開発目標）を意識された取り組みはありますか。

SUSTAINABLE GOALS 食品産業

～持続可能な社会と食品産業発展のために私たちにできること～



農林水産省Webサイトより

SDGsの12番目の取り組み（つくる責任 つかう責任）を行っています。

当社の濱納豆は、購入した原材料の大粒大豆を余すところなく使用しており、製造工程で食品ロスが発生していません。

12 つくる責任
つかう責任



環境にも優しいのが濱納豆です。



王道のお茶漬け

濱納豆は、時代を先取りした製法が知られてきたのですね。私は初めて食べたとき、これはお茶漬けや雑炊に絶対に合うと確信しました（笑）。



小さな粒の食べ方は無限

今後の展望を教えてください。



濱納豆は、世界に誇れるすごい発酵食品だと思っています。

濱納豆の医学的効果は、複数の大学で研究いただいています。

私たちも「発酵の学校」を受講し、発酵食品ソムリエの認定を受け、濱納豆の情報を世の中に広く発信していく準備を進めています。

梶山女学園大学の研究結果によりますと、濱納豆は原料麹と比べて6.6倍の抗酸化力を有していることが示されました。

濱納豆が医学的な見地で、生活習慣病予防や免疫力の向上に効果があることなどもお伝えできることが理想です。

※ 発酵の学校：特定非営利活動法人発酵文化推進機構（理事長：小泉 武夫 氏）が開講する発酵食品のカリキュラム

私たちのところで、30代から70代までの人を集めて、濱納豆を毎日食べる独自の実験を行いました。参加者の中には、肥満の改善や整腸作用など良い結果が出た方もいました。

ただ、こうした結果も、エビデンス（医学的な根拠など）がないと商品の宣伝で使うことができません。

大学の研究成果が待たれますね。



濱納豆の原料となる大豆は、大粒の愛知県産フクユタカで、タンパク質含有量が高いのが特徴です。

地元の食材を使いながら、上手に特色を出していけたらと考えています。

濱納豆を知り、食べていただくことで、消費者の皆さん、大豆生産者の皆さん、私たちの三方良しを実現していければと思います。

さきほど、料理の調味料のお話を伺いましたが、家庭料理でおすすめの使い方を教えてください。



家庭料理の定番メニューのカレーに使うと、味に深みが増します。お刺身で醤油代わりに使っても面白いです。

また、お湯に濱納豆1粒で味わい深いスープが出来上がります。鶏肉に濱納豆を入れて煮ると、美味しいチキンスープになります。



パンやトーストの上に、クラッシュタイプの濱納豆を載せても美味しくいただけます。うま味の相乗効果と言えます。

お料理に興味をお持ちの皆さんには、いろんな食べ方を試していただき、自分に合ったおいしい食べ方を見つけてほしいです。濱納豆の食べ方は無限です。



濱納豆がアクセントのベーグルトースト

濱納豆が魅力ある発酵食品であることがよくわかりました。

本日は、貴重なお話をありがとうございました。



前列向かって右の方が広報・営業の國松千純氏、後列向かって右から2番目の方が営業・総務の丸屋貴子氏です。

対談日：令和5年9月6日

対談場所：國松本店

（愛知県豊橋市）

國松本店ホームページ

→ <https://hama710.jp/index.cgi>