

# 琉球大学学術リポジトリ

独特の風味をもつとうふよう

メタデータ	言語: 出版者: 琉球大学農家政学部 公開日: 2011-06-10 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 宮里, 興信 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="http://hdl.handle.net/20.500.12000/20257">http://hdl.handle.net/20.500.12000/20257</a>

# 独特の風味をもつ とうふよう

先に本誌で食品加工につかわれるカビやその他の微生物について述べましたが、今回はとうふと米こうじで製した「とうふのチーズ」とも言うべき「とうふよう」について述べて見たいと思います。

「とうふよう」とはその製造法が支那（中国）特産の紅乳腐（ベニニウフ）と称する特殊のとうふ加工品によく似た食品で、製造の起源ははつきりしませんが古老の講によりますと一種の高級食品で、昔上流家庭で僅かにつくられ、副食物として賞用され、一般にはあまり親しまれていなかったと言う事です。文献によりますと中国の紅乳腐は歴史が古く、今から1430年程前既につくられていたそうでありますから、恐らく「とうふよう」も相当古くからつくられていたのではないかと思います。

## 製法

### 1. 原料及び処理

#### (1) とうふ

特に堅く造つたとうふを5センチ角に切り、30分位セイロで蒸す。

次に通気の良いスノコ様なものに蒸とうふを掛け、陰干しする。その間絶えず清潔な布で反転して手入をなし、2日乃至5日間強風に当てぬよう注意を払い、とうふの表面が茶かつ色となり、ネバつくようになるまで陰干しする。

#### (2) つけ汁

みそ用の米こうじ5合に対して紅こうじ1合5勺の割合で混合し、これに等量のアルコール（40—45%）を加えてこうじが軟らかくなるまでつけておく。

註1. アルコールは40%—45%の泡盛を用いるのが本来の仕込法であつて、風味の点から新酒は用いず2—3か月貯蔵後使用するのがよいとされている。

註2. ベにこうじはアンカーとも言い、中国産の特殊のこうじで、深紅赤色を呈し、各種飲食物の赤色

染料として殊に肉類の着色に用いられるものである。これは着色剤として役立つばかりでなく殺菌剤としての効果もあると言う。紅こうじのかわりに食紅をつかっても良いが熟成中に色があせて、製品の外観は良くない。

### 2. 仕込

こうじが軟くなつたらスリ鉢でスリつぶし、こうじ汁をつくる。

前記処理したとうふの表面をアルコール（市販泡盛でよい）で洗い、こうじ汁中につけて良く混ぜ合わせて後瓶又は壺等に詰め、密封して熟成させる。

熟成期間は夏は3週間、冬は6週間位と言われているが3か月以上たたとないと、「とうふよう」独特の味は得られない。

瓶詰にして密封貯蔵すれば長期間の保存も出来る。

## 製品

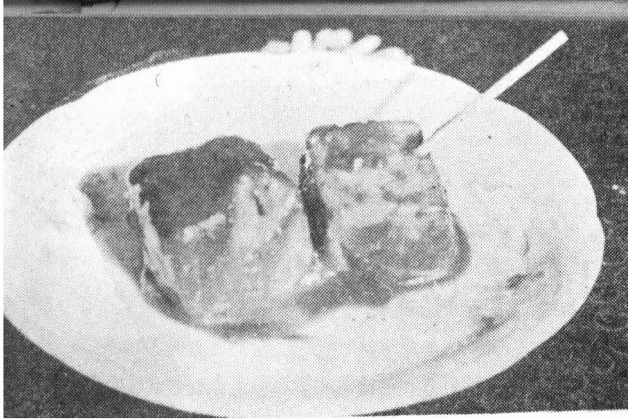
熟成した製品「とうふよう」特有の香気と風味があり外観は紅かつ色を呈し、内部の色は帯黄乳白色でチーズの色によく似ている。

味もチーズや下関名産の「ウニ」の如く美味で食欲をそそるものである。尚滋養にも富んでいて病後の食物として最も適した食品であると言われている。

次に「とうふよう」の成分を示せば次表の通りである。

成分	とうふよう%
水分	61.25
固形物	38.75
粗蛋白質	12.35
純蛋白質	6.18
粗脂肪	6.56
灰分	3.30

註. 上記成分表はかつて西田孝太郎先生（鹿大教授）が首里桃原農園製の「とうふよう」に就て分析された結果を示す。



写真は吉田安郎さんの造つたとうふよう

「とうふよう」は酒のつまみものとして、特に冷酒のつまみものとしては最高のものであると酒徒に賞賛されているが、戦前は酒徒よりは寧ろ婦人の好物として珍重された食品であつたという。

食べ方ははし又は、ようじてそいで舌頭で味わうのが上手な味わい方である。

以上の如く郷土の古典味ゆたかな「とうふよう」は粗

野な材料で最高の味を与える優れた加工品であるが、現今一般には余り知られていない。筆者の知るところでは那覇市壺屋 吉田安郎さんの製造所が一軒あるのみで製造量も極めて僅かであるが、将来農家の副業として取あげて見るべき加工品ではなからうかと思う。

(宮里興信)

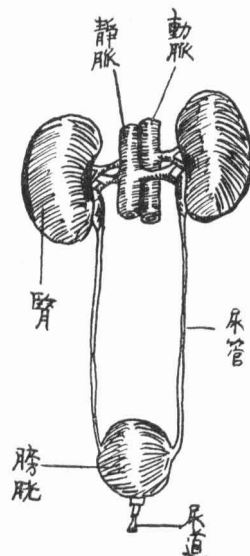
## 1. じん臓の働き

下の図に示しましたそら豆型をした腎臓ではたん白質以外の成分は濾過され、水分や私達の体内の老廃物を排泄する役目がなされます。又、体内に生じた不都合な酸も処理し、私達の血液があまり酸性にならないように血液酸度を一定に保つ働きも致します。

そこで腎臓の病気にかかりますと尿がうまく排泄されず体に水がたまってむくみかたたり、体内の老廃物がうまくとりのぞかれないで有毒な物質がたったり、又血液中に不都合な酸がのこり、血液を極度な酸性にしたり致します。

2. そこで私達はじん臓病にかかったら食餌の上でどんな注意をしたらよいでしょうか。

## 腎臓病と食塩



腎臓病にも急性腎炎、慢性腎炎、ネフローゼ、尿毒症等といろいろありまして、病気の種類によって食餌のとり方も大分違って参りますが、一般的な注意だけを述べてみましょう。

1) 刺激物は一切さけましょう。

腎臓病では腎臓を保護していく食餌をとるようにしなければなりません。

2) 食塩の摂取には特に気をつけお医者様の指示によって分量をきめます。普通急性初期の最悪期でむくみのいちじるしい時は無塩又は0.5グラムまでと致します。又中等度の減塩食で2-3グラム位にし長期間の慢性じん臓病の場合には5-8グラムと致します。

3) 水分の摂取にもよく気をつけましょう。

4) ソーダ水や重曹等ナトリウムを含むものはさけます。

5) 植物性食品(穀類、蔬菜類、果実等)を主として用い動物性食品は少量補って栄養の維持を行う程度に致します。

6) 脂肪もなるべく動物性脂肪をさけ植物性のてんぷら油、サラダオイルの類を使用するようにしましょう。

(つづく) (尚弘子)