魚みそは「原料」→「採肉 一蒸煮」(蒸すこと)→一脱



れらの研究をもとに私が長崎 研究機関で研究がなされ、こ させて製造する魚みそがあ ぜたもので、ごはんに塗って 県の水産試験場時代に取り組 り、ここではそれについて述 は異なり、魚肉を完全に発酵 食べる。一方でこの魚みそと イワシ類の魚肉フレークを混 ムとなっている。これは甘め に調味したみそに、マダイや 最初に東北地方の各県の 。発酵タイプの魚みる 魚みそが密かなブー

魚

び食塩と混合」→「発酵」の 水」→「米麹(こうじ)およ 程で製造される。

肉の場合は、加熱後に真水で 十分に晒(さら)す。 といった魚肉の臭気が強い魚 い。さらにアイゴやイスズミ ない場合、これを直接鍋など 規模な企業で蒸煮装置を有さ に投入して加熱肉を得てもよ 加熱肉を得る。小

原料は脂質含量が少ない魚肉を目の細かい布袋などに投 詳しく述べているのでそちら は第3回「魚肉フレーク」に を参照いただきたい。次に、 魚肉の水晒し方法について

分に水分を吸ったものを水切 いごはん」のような状態にす 状態にする。ここで家庭で食 り後蒸煮し、「硬いごはん」 いコメを一晩真水に漬け、十 でも授業で作らせている。 れば意外と簡単で、私の大学 べるようないわゆる「軟らか 破砕米など比較的単価が安

そ製造用の麹菌を混ぜ、これ られない。蒸煮後のコメにみ 士がくつ付き、良い米麹が得 ると、カビ付け後にコメ粒同

め、最終的に得られるみそ中 ク質をほとんど含まないた の割合を高くする。コメは炭 そを得ようとする場合は米麹 水化物を多く含むが、タンパ 魚肉と米麹の混合比は1対 よく混合し、3カ月程度発酵

すると、魚肉はタンパク質を 多く含むため、アミノ酸に富 の糖分が多くなるためであ んだ八丁みそのような甘味が る。また、魚肉の割合を高く

少なく、こくが強いみそとな

思肉と 米線

こく重視魚肉多、 甘さ重視 米麹

中に脂質が酸化して食用に適 さないものになる。次にこれ 魚肉を原料に用いると、発酵 さない場合は、清潔な洗濯機 入し、加圧式の脱水装置、あ るいは回転式の脱水装置を用 いて脱水する。脱水装置を有 を一晩35度前後で寝かせる。 米麹を得ることができる。米 し、コメの周りに毛が生えた 一晩経過すると魅力ビが繁殖 る。ただし、この場合、発酵 が必要である。また、このとき ない可能性が高まるため注意 に十分なだけの酵素が得られ

県庁(県総合水産試験場)を経て現職。 魚醤油(しょうゆ)などを研究。長崎 酵食品、タンパク質、脂質、魚の品質、 門。水産加工全般にかまぼこ、水産発 所属は海洋科学系食品生産科学部 東京海洋大大学院准教 作りは温度管理さえ十分であ する場合は自家製のものを用 格的に魚みそを製造しようと のものを用いても良いが、本 いた方が利益は大きい。米麹 魚肉と混合する米麹は市販 よびタンパク質を分解する。 これらはそれぞれ炭水化物お ゼといった酵素を多く含み、

の脱水機を用いる。

題はアミラーゼやプロテアー

の10%が標準である。 温をミートチョッパーなどで 上記の魚肉、米麹および食



させれば魚みその完成であ は諸事情により一時中断で近 の方が1社おられるが(現在 でもこれを製造している業者こくとうま よりも甘味が低い。長崎県内 豆みそと同様だが、大豆みそ る。魚みその用途は るときーチ インスタン 味が低く、 の方から購



32

といった魚肉の臭気が強い魚 規模な企業で蒸煮装置を有さ 十分に晒(さら)す。 肉の場合は、加熱後に真水で い。さらにアイゴやイスズミ に投入して加熱肉を得てもよ ない場合、これを直接鍋など を蒸煮し、加熱肉を得る。小 魚肉の水晒し方法について 状態にする。ここで家庭で食 り後蒸煮し、 分に水分を吸ったものを水切 べるようないわゆる「軟らか いコメを一晩真水に漬け、十 でも授業で作らせている。 れば意外と簡単で、私の大学 破砕米など比較的単価が安 「硬いごはん」

原料は脂質含量が少ない魚肉を目の細かい布袋などに投そ製造用の麹菌を混ぜ、これ は第31回「魚肉フレーク」に 詳しく述べているのでそちら 士がくっ付き、良い米麹が得 を参照いただきたい。次に、 ると、カビ付け後にコメ粒同 られない。蒸煮後のコメにみ いごはん」のような状態にす 少なく、こくが強いみそとな 多く含むため、アミノ酸に富 る。また、魚肉の割合を高く んだ八丁みそのような甘味が すると、魚肉はタンパク質を の糖分が多くなるためであ

び食塩と混合」→「発酵」の

工程で製造される。

水」→「米麹(こうじ)およ

ク質をほとんど含まないた め、最終的に得られるみそ中 そを得ようとする場合は米麹 水化物を多く含むが、タンパ の割合を高くする。コメは炭 を基本とするが、甘い魚みさせれば魚みその完成であ 魚肉と米麹の混合比は1対 は諸事情により一時中断で近 の方が1社おられるが(現在 よりも甘味が低い。長崎県内 る。魚みその用途は一般の大 よく混合し、 でもこれを製造している業者こくとうま味が非常に強くな 豆みそと同様だが、大豆みそ 、3カ月程度発酵 る。 るとき「チョイ足し」する。 の方から購入した魚みそは甘

味が低く、うまみが強いため、

々再開されるとのこと)、こ

インスタントラーメンを食べ

毎月2回掲載

魚肉と米麹で発

こく重視魚肉多、 甘さ重視 米麹多

のものを用いても良いが、本 する場合は自家製のものを用 の脱水機を用いる。 格的に魚みそを製造しようと いた方が利益は大きい。米麹 角肉と混合する米麹は市販 が、タンパク質からはアミノ よびタンパク質を分解する。 最終的に炭水化物からは糖分 これらはそれぞれ炭水化物お ゼといった酵素を多く含み、 麹はアミラーゼやプロテアー

タンパク質、脂質、魚の品質、 **畑工全般にかまぼこ、水産発** は海洋科学系食品生産科学部

中に脂質が酸化して食用に適

さないものになる。次にこれ

さない場合は、清潔な洗濯機

米麹を得ることができる。米

が必要である。また、このとき

に水分含量および塩分含量も

し、コメの周りに毛が生えた

既経過すると魅力ビが繁殖

に十分なだけの酵素が得られ る。ただし、この場合、発酵

ない可能性が高まるため注意

いて脱水する。脱水装置を有 るいは回転式の脱水装置を用

東京海洋大大学院准教

が好ましい。脂質含量が高い

入し、加圧式の脱水装置、あ

を一晩35度前後で寝かせる。

魚肉を原料に用いると、発酵

総合水産試験場)を経て現職。 しょうゆ)などを研究。長崎

作りは温度管理さえ十分であ

酸が作られる。

の10%が標準である。 魚肉と米麹の混合物の水分含 気を付けなくてはならない。 量は50%、食塩はこの混合物

塩をミートチョッパーなどで 上記の魚肉、米麹および食



長田食品のホームページより