

物は語る

第七十一回

株式会社大森屋
海苔

原始的な海藻、海苔の厚みは細胞10〜30個分？
海に棒を刺せば誰でも海苔が作れる理由とは？
パリッと香ばしい、食卓の偉大な脇役「海苔」物語

外国人からは「黒い紙に見える」などと言われる海苔だが、日本国内の年間消費量はなんと100億枚。1枚薄さ0・1mmとしても遥か1000kmの高さまで積み上がるといふから、その量は想像もつかない……。われわれがこよなく愛する海苔の話を、大森屋の工場長に聞いてきた。

海に行くときロープや岩に海藻がへばりついていますよね。あれを刻んで乾かすと海苔になるんですか？
西野 ならなくはない。海苔は海藻の一種で、水温が25℃以下になると胞子を出し、15℃以下を適温に生長

を始めます。だから東南アジアなどの温かい海では採れず、海苔を食べる文化がない理由にもなっています。日本近海ではとくに養殖をしながらも海苔がいっぱい採れるんです。実際、古代の貝塚からも「これももともと海苔だったんだらうな」という成分が発見されていますよ。ただ、海水浴場のロープに引っかかっているもののなかには雑草も多いので、おいしいかどうかは別の話ですが。
——そうか、いっぱい採れるから食べるようになったというのにはわかりやすい。
西野 海外にも、アイルランドには海苔を生で食べる



①牡蠣の殻で海苔の胞子が培養される



②牡蠣の殻とともにロープが沈められる

文化がありますし、中国の福建省には岩海苔のスープがあります。ただ、刻んで乾かして食べるのは日本の文化ですね。
——なぜ日本の海苔は紙みたいなんでしょう？
西野 作り方が紙と同じだからですよ。
——え？ 歴史をさかのぼっていただけませんか？
西野 海苔は古代から食べられていたらしく、大和朝廷が701年に制定した「大宝律令」では、すでに海苔による納税が認められています。大きな変革が起こったのは江戸時代初期のことです。将軍家に新鮮な魚を献上するため、東京湾の浅瀬に束ねた棒を刺して生け簀を作ったら、棒に海苔がいっぱいくっついたんですよ。海苔の胞子は流さ

れると発芽しないため、木を束ねたものが成育に最適な条件だったんです。
——それで今でも海苔の養殖といえば海に棒が刺してあるイメージなんですね。
西野 ええ。こうして偶然養殖ができるようになったため、海苔は日本の食卓に根付いたんです。その後、海苔をおいしく食べようとする探求の一つだったので、誰かが浅草で生産されていた和紙と同じ作り方をした。古紙を砕いて漉すのと同じように、乾かした海苔を砕いて漉いたんです。これが「浅草海苔」として人気になって、全国へ広まっていった。海苔が1枚19cm×21cmなのは、和紙の大きさが基準になっているからと言われます。
——それで現在も同じ方法

で養殖されている、と?

西野 いえ、江戸時代はまだ海苔が育つメカニズムが解明されておらず、養殖といっても、浅瀬に棒を刺しておけば冬に海苔が育っている、という原始的なものでした。夏の間は海苔がどこでどうしているか、わかっていなかったんです。

——そうですよ。なにしろ孢子だと目に見えない。西野 だから、海苔は「運草」と呼ばれ、不作の年もあったらしい。これが変わったのは戦後、英国の生物学者が「海苔の孢子は貝殻のツヤツヤした部分『真珠層』に穴をあけて糸のように絡んで夏を過ごす」と発見してからです。今では、あらかじめ牡蠣の殻に海苔の孢子を付け、ロープと一緒に海に沈める形で養殖されています。でなければ、コンビニのおにぎりなど、あれだけ多くの海苔を安定供給するのは無理ですよ。

——なるほど、人間が自然を味方にする過程そのものですね。

「恵方巻き」が流行った理由

——ところで、海苔を焼くと緑色になる理由なんてご存じだったりしますか?

西野 すべて解明されていますよ。海苔は緑色のクロロフィル、赤みがあったフイコエリスリンなど4つの色素を含んでいます。そのなかでもクロロフィルは熱に強い。だから焼くとほかの色素が少なくなると、緑色に見えるんです。

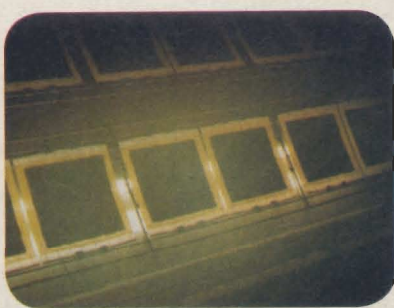
——知ったからといって何の役にも立たないけど、勉強になりますね。

西野 役に立たないと言えば……海苔って非常に薄いけど、海苔の細かな一枚一枚の葉はもつと薄くて細胞1個分の厚みしかないってご存じでした?

西野 海苔を食べると手に海苔の葉が付くことがありますよね。あの葉は細胞1個分の厚みしかない。海苔は原始的な海藻で、昆布などのように細胞が重なって



③ロープに海苔が付く



④漉いて、乾かせば見慣れた姿に!

いるわけではないんですけど。一枚の海苔を顕微鏡で見ると、薄い部分で10枚、厚い部分で30枚くらいの葉が重なってできています。

——その知識、コンビニでおにぎりを買うとき自慢げに……ひけらかせるのかな? 西野 なら、最近全国で流行しはじめた、節分に食べ



る「恵方巻き」ってあるでしょ? あれは関西の海苔メーカーさんが贈答品の需要が落ち着く2月になんとか海苔を売れないかと考え、関西の風習を全国に広めたものなんです。このあたりの知識ならコンビニで使えるかもしれませんね。

——衝撃の事実! でも消費を伸ばすなら健康イメージのほうがよくないですか? 恵方巻きって何本も食べるものじゃないし……。

西野 たしかにそうなんです。海苔の消費量は近年横ばいで、私も味付け海苔のカレー味を作ってみたり、ソフクリームに海苔を入れてみたり、いろいろ試したんですが、どれも決定打と言えず……。

——カレー味っておいしそうですね。ではダイエツトにいいとか、栄養が豊富とか、そっちの方面で特色はないんですか?

今週の語り部



西野 ありますよ。海苔はカロリーが少なく、おなかのなかでふやけるから、食べていただければダイエツトにもいいと思います。あと栄養も豊富で、100gあたりで計算すると、野菜よりも多くのミネラルやビタミンを含んでいます。でも……豆腐100gなら簡単に食べられますが、海苔100gになると和紙の大きさの海苔を10枚に切ったサイズの味付け海苔で、333枚食べてもらわなくてはならないんです……。

——結局、偉大な脇役ってことか。でも、メタボ対策に海苔とか、いいような気もするんだけどなあ。

福岡工場長の西野貴博氏。知識が科学的分野までカバーしているのは、大学の水産学部在学中に受けた海藻養殖学の授業が面白く、この道に入ったから。海苔は仙台、瀬戸内、有明など産地によって多少違いがあるらしく、西野氏は色・ツヤを見ればだいたいこの海苔かわかるという