

連載：地方品種をめぐる12

青森県「毛豆」

青森毛豆研究会

一般的な枝豆と毛豆のルーツ

青森県津軽地方で枝豆、というところほとんどの人が毛豆を思い浮かべます。日本での大豆の栽培の歴史は古く、「古事記」や「日本書紀」にも、その名が登場しています。日本には中国から伝播したとされ、朝鮮経由で北日本に伝わったという説もあります。

大豆を未成熟の緑色の豆の状態で食べるようになったのは、奈良時代と言われ、枝ごと収穫してゆでたのが、枝豆という呼び名の由来と言われています。江戸時代（17世紀末頃）には、枝付きのままゆでた枝豆が売られるようになったようです。

豆名月という風習が始まったのも江戸時代、陰暦の九月十三夜に、ゆでた枝豆を供えて月見を楽しんだとされていて、現在でも、各地にこの風習が残っています。

17世紀末に記された「農業全書」によれば、当時すでに多種類の大豆が栽培され、青大豆もつくられていたことがわかります。青森にも、江戸時代以降に書かれた農書がいくつか残されていますが、個々の作物に関する記録は少なく、18世紀後半に大豆栽培の記述はあるものの、詳細は不明

です。

青森の地では、古くから毛豆の栽培が何世代にも渡って続けられ、現在に至っています。青森県民のソウルフードと言える食材、毛豆。その毛豆が、いつから青森で栽培されてきたのか、その詳細については未だ解明されていません。

青森のソウルフード毛豆とは

大豆（枝豆）は、別名、畦豆とも呼ばれます。呼び名の理由はかつて、田の畦や苗代に植えられることが多かったためです。毛豆も例外ではなく、青森県では畦豆の名で通じます。

毛豆は青森県の中でも主に、雪深い津軽地方で栽培されてきた在来と言われる枝豆です。津軽地方の春の訪れは遅く、田植えは4月の雪融けを待ってから。毛豆が植えられるのは、田植えが終わり、りんごの作業も慌ただしく始まる5月以降がメインシーズンです。青森県津軽地方の霊峰、岩木山の残雪の形や、春を告げる鳥の鳴き声で播種の時期を判断する生産者もいます。

極晩生の毛豆は播種後、約120日の期間ゆっくりじっくり時間をかけて生長し、一

一般的な枝豆よりひと月ほど遅れた9月下旬から10月上旬頃に収穫最盛期を迎えます。

名前の通り、さや、茎、葉など、茶褐色の毛で全体がびっしりと覆われている毛豆。豆は大粒で、豊かな風味、強い甘味を持ち、ほっくりとした食感が特徴で栗のような枝豆と例えられることもあります。種子の特徴は、完熟しても種皮が青(緑色)く、臍の部分が黒っぽい、黒目青大豆です(青森毛豆研究会調べ)。

青森の春夏秋は短い為、農地を遊ばせておくことは少なく、少しでも多くの作物を収穫するための工夫がされます。

マメ科に分類される毛豆は生命力が強く、日陰や水分の少ない農地でも十分に育つ上、土を肥沃にし、なおかつ雑草を少なくする特性があるため、作物と作物の間や、作物を収穫して空いた農地に、次々と種が播かれることも多くみられます。

以前は、早生の作物を収穫した後の農地に播いた豆は当然、実りの時期が遅くなり、初雪が降り始める頃に収穫されることも珍しくなかったと云われ、かつては10月半ばからが旬とされていました。温暖化の影響なのか、昨今は少し収穫が早まりました。青森では、毛豆(枝豆)は、お盆の時期の



毛に覆われた毛豆のさや

風物詩ではなく、秋から冬に楽しむ味覚として浸透しています。

津軽の人々に愛される味

春の終わりに植えられた毛豆は、生長がゆっくりであるため、夏にめいっぱい太陽の光を十分に浴びて育ちます。夏から秋にかけて大きくなる昼夜の寒暖差は、農産物にとってやや過酷ですが、その分毛豆の甘味を引き出していると考えられています。

昔から、畑に播く毛豆の種子は、よりよいものが選ばれ、残されてきました。毛豆の目利きたちが、いい豆を選りすぐり、次代へとつないで、食味のいい毛豆がずっと受け継がれてきました。

県民同士で毛豆の話題に及ぶと、「うぢのかっちゃん(お母さん)の豆がいぢばん」「いや、おらほのばっちゃん(おばあちゃん)の豆がいぢばん」と、途端に毛豆自慢が始まります。毛豆はずっと女性が育ててきた豆と言われ、父方や母方の祖母に毛豆名人がいる、母や妻が育てる毛豆が最高だと絶賛する人がとても多いのです。

たとえば、こんな話があります。津軽平野には浅瀬石川という川が流れており、下流域ではよく洪水が起きました。そのため、米が不作の年が多く、農家では食べるに困ることが度々あったと云います。そこで、その地域に娘を嫁がせる母親は、凶作の年も、これを食べてしのいで家族が飢えずに済むようにと、自分が育てた毛豆の種を必ず娘に持たせました。種を持たされた娘は、嫁ぎ先で、その豆を大事に育て、ま

た、種を採ります。そうして、母から娘へと受け継がれてきたと言われていす。

少しでも美味しい毛豆を育てること、それはすなわち、家族への愛情そのものでした。そして、女性たちはひたすら、豆を育て続けてきました。

とある農家さんのお話

「毛豆は、ばっちゃん（おばあちゃん）の領域。すべてをばっちゃんが決める。誰も口出しはできない。でも、ばっちゃんの言う通りにすれば、うまい豆ができるんだ」。

土壌管理などは、他の家族が行いますが、種選び、播種のタイミング、育て方は、ばっちゃんが師匠となり、まさに経験に勝る知恵はなしといったところです。

また、「田植えが終わった後、毛豆を植えた苗代は、ばっちゃん達の井戸端会議場になるんだ」。

もっと美味しい毛豆を育てたいという気持ちは、今も昔も変わらず、女性達は、苗代の前に集まって毛豆の情報交換をし、時には種の交換もします。しかし、独自のこだわりや秘策など、肝心の部分をぼかしておくのはお互い様、それぞれの秘伝を守っています。

こうして、ばっちゃんやかっちゃん（おばあちゃんやお母さん）が積極的に品質向上を図りながら、毛豆は現代に伝わってきました。そして、昔ほど極端な凶作がなくなりたいまは、毛豆も少しずつ県外へ出荷することができるようになったと言われていす。

毛深さの謎

大豆のさやにはもともと毛が生えていす。現在流通している枝豆は、枝豆専用として人工交配や突然変異育種により品種改良されたものが多く、改良の過程で毛がほとんどないものが増えてきたと言われていす。

青森在来の枝豆と言われる毛豆は、代々採種しては、良い種子が選抜されてきました。改良を加えられてきたわけではなく、本来持っていた姿をほぼそのまま、特長でもある毛深さも変えず、選抜されながら昔の良さを保ってきました。現代、改良を重ねられた毛のない枝豆に比べ、この見慣れた毛深い姿に目を細め、青森県民は、毛深くてこそその毛豆、毛こそうまい枝豆の証と信じ、愛情込めて、「毛豆」と呼んでいす。

毛豆の種類

毛豆には在来と言われ、各自家用などで採種し、栽培され続けてきた種類の他、この在来より早く収穫することができる早生品種もあります。

青森県が開発し、2001年に早生品種として登録された「あおもり豊丸（とよまる）」と「あおもり福丸（ふくまる）」の2種です。在来の毛豆と同じ時期に播種しても、早く生長し、全国的に枝豆の需要が最も高まる8月中旬頃から収穫期を迎えます。また、毛豆をベースに、その食味を生かした味わいになっています。

在来と言われる種類は作り手や生産地、種の違いで味わいや見た目が異なるもの

の、品種として分けられる等の明確な違いはまだ解明されていません。

ばっちゃんが守る秘伝の豆、毛豆

もともと毛豆は、農家が自家用に育てていた作物で、ほぼ県内消費されてきました。そのため、県外に出回ることがほとんどなかったと言われていました。

理由の一つとして枝豆全般、収穫後の食味の変化が早く、交通機関が発達していなかった一昔前は遠方への出荷がむずかしいという事情があったと思われます。

なによりも、毛豆は農家にとって不作時の貴重な保存食で、さらに、各家々で家の毛豆の味を守っていたことが、市場に出回らなかった最大の理由なのかもしれません。その為毛豆は、各家が大事に守る、いわば、門外不出の秘伝の豆になったと言われています。

毛豆の主産地、青森県津軽地方は、今も昔も穀倉地帯ですが、かつては、冷害による凶作や洪水による被害で、米がほとんど収穫できない年も頻繁にありました。そんな時、保存している毛豆の種（完熟した乾燥豆）が貴重な食料となったのです。

ずんぐりむっくりで毛深く、無骨な見た目の毛豆ですが、地元の人々に愛され続けるわけがここにあります。大地に張った根で土を肥やし、滋養豊かな大粒の豆で人々の腹を満たす、いざという時は救世主ともなる頼もしい存在として、各家に常備されてきました。

青森毛豆研究会の概要

青森県に代々伝わり、青森県の食文化に欠かすことのできない毛豆。青森毛豆研究会はいろいろな理由から県内流通、消費に留まってきた青森毛豆を特産品のひとつとして県内外、全国に広める活動をする有志団体です。

所属するのは大学の教授、野菜ソムリエ、生産者を始めとした、毛豆に可能性を感じる有識者等の集まりとなっています。

設立した2011年より毛豆のブランド化に向けて幅広く活動、現在も尚、自立運営していくための体制を整える段階にあります。2014年には生産者会を設立し、ブランド化の活動に賛同する生産者と連携を計り、生産者同士の情報共有による品質向上なども進めています。

最強毛豆決定戦

各家庭で選抜され、代々伝わってきた毛豆の中の最強毛豆を探すためのイベントを青森毛豆研究会が主催しています。青森県津軽地方だけでなく全域から生産者を募集し、毛豆の収穫シーズン、9月末にイベントを開催しています。最強毛豆決定戦とは食味による審査をメインに、集まった毛豆を食べ比べ、青森県一、すなわち世界一の毛豆を決定するイベントです。

皆が認める毛豆を見つけ出し、将来的に種苗登録を目指すことが一つ、もう一つは毛豆自身の認知度を県内外に高める事を目的として開催しています。開催前後のPR活動によって毛豆の認知度を全国的に高



最強毛豆決定戦の広告



多くの来場者で賑わうイベントの様子

め、ブランド化につなげる事が一大目的です。

青森の食文化と毛豆

青森では、毛豆を漬け物にして食べることもあります。枝豆をさやごと漬け込むレシピは全国的に珍しく、主に寒冷地である北海道や北東北地方で食べられている保存食（漬け物）です。

毛豆は苗木1本になるさやの数が多く、霜や雪に当たらないよう完熟を待たずに収穫される毛豆の量は膨大になります。また、収穫時期も一度に訪れるため、食べきれない生の豆が塩漬けにされるようになったと言われます。

シンプルに塩だけで漬けられた毛豆は、塩度にもよって異なりますがだんだんと乳酸発酵して、塩漬けの味わいにプラスしてほのかに酸味が利きながらも、まるやかに漬かります。

お正月の食卓に並べれば、久々に帰郷する津軽衆にとって、懐かしい故郷と再会の味となります。そして地味な一品ながら、旬にゆでたての毛豆を食べられなかった家族や知人への心づくしのもてなし料理となるのです。



保存食にするため、さやごと塩に漬け込む