

「あずき博士の豆類歳時記」

第4回 煮豆とサラダには赤いんげん豆新品种を！

ホクレン農産部特任技監 加藤 淳

今年の夏は全国各地で記録的な猛暑が続き、この様子からすると冬の訪れは遅いかとも思われた。しかし、北海道では例年どおり10月下旬に初雪が降り、秋を飛び越えていきなり冬を迎えた感がある。一昔前には、寒い冬にはストーブで暖を取り、その上に置かれた鍋で、コトコトと豆を煮ていたものであった。近年では、暖房にストーブを使わない家も多くなり、このような豆を煮る風景も記憶のかけらとなってきた。

一般に「豆を煮るのは時間がかかるもの」と考えられている節があるが、最近紹介されている調理法によると、前の晩からの水戻しもせずに、鍋でゆでるのではなく炊飯器（おかゆモード）で手軽に調理ができるという（日本豆類協会ホームページ「乾燥豆のゆで方入門」参照）。これからの寒い季節には、金時豆の煮豆を自分の好みの味付けで調理してみたいものである。

いんげん豆の作付面積は、今から50年ほど前（1975年）には約4万ヘクタールであったが、今ではその1/7以下となり、その中で最も作付けの多い金時豆であっても4千ヘクタールを切っている。金時豆といえば、「大正金時」という品種名を思い浮かべる方も多いのではないだろうか。本品種は1957年に北海道優良品種に認定された古い品種（在来種の「金時」より選抜）である。



開花期を迎えた金時豆の新品种「秋晴れ」

その後、十勝農業試験場では交雑育種により、「北海金時」「丹頂金時」「福勝（ふくまさり）」「福良金時」「福寿金時」「かちどき」といった品種が次々と育成されてきたが、いずれも「大正金時」を上回る作付面積とはなってい

ない。このような中、2019年に北海道優良品種となり、今年から本格的な作付けが広がっている「秋晴れ」（品種登録2021年）は、収量性や病害抵抗性が「大正金時」よりも優れた早生品種で、煮豆や甘納豆の加工適性も「大正金時」と同等とされる期待の新品種である。

一方、最近の豆類の新しい用途として、サラダに用いられることも多くなってきた。サラダ用のミックスビーンズにはカラフルな豆類が入っており、鮮やかな色合いの赤いんげん豆も使われる。国産の赤いんげん豆である金時豆は、煮ることによって（吸水過程でも）色が落ち、鮮やかな赤色の煮豆とはならない。このため、現状では輸入のレッドキドニービーンが使われている。

2017年に十勝農業試験場で育成された「きたロツ」(品種登録2021年)は、煮熟による退色の少ない、洋風料理向けの新品種である。これまでの金時類とは煮熟後の外観や食味が異なり、きれいな赤色でやや硬めの食感は、サラダやスープに向いている。レッドキドニーと比較すると、煮熟粒色は明るめの赤色で、食感はより柔らかく、日本人の好みにはより合っているものと考えられる。



「きたロツ」(左)「福良金時」(中)「レッドキドニー」(右)の煮熟粒色

作付面積が減る一方のいんげん豆であるが、世界的にみると最も多く栽培されている豆類（油糧作物として大豆を除く）でもある。豆類は北海道の畑作地帯において、輪作体系を維持する上で重要な作物であり、地力の維持・向上にも寄与している。寒い季節にはほっこりとした煮豆、日常の食卓では色鮮やかな豆サラダとして、これらの新品種を活用してもらいたい。