

手焼きの大和麩

料理の名脇役が魅力

「焼き麩（ふ）」は、みそ汁、すき焼きなどに馴染み深い家庭料理の具材である。保存性が高く栄養価も高く、小麦グルテンの粘弾性を活かした伝統的な植物性タンパク質食品である。

小麦粉から分離した生グルテン（湿麩）

新

大和の

食模様

119

NPO法人
奈良の食文化研究会

的場 輝佳

に、種々の粉を加えて練り上げ焼成したものが「焼き麩」で、油で揚げたものが「揚げ麩」である。「生麩」は、湿麩に餅粉、粟や蓬などを加え練り、蒸したものである。今日、家庭で最も愛用されている麩は「焼き麩」である。生産高も麩の中で最も



女将 御宮知照代さん



カットされた定番の焼き麩

多く日本各地に郷土色豊かな「焼き麩」がある。南部麩（岩手）、庄内麩（山形）、車麩（山形、新潟、石川）、白玉麩（新潟）、丁字麩（滋賀）、細工麩（京都、金沢）などが有名。

麩の製造の歴史は定かでないが、一説によると室町時代に宋（中国）に渡った禅僧が製造法を日本に持ち帰り、奈良、京都の寺院で精進料理の食材として改良され、豆腐や湯葉などと共に貴重なタンパク源として、全国各地に普及したとされている。

「麩」が文献に最初に登場するのは、法隆寺の日記文書『嘉元記』で、「1352年、法隆寺にて、酒肴として、枝豆、筍と麩の煮物、うどん、そめんが出される」と書かれている。

奈良県にも「麩製造の老舗」が斑鳩にあると知り、さっそく法隆寺の西、龍田川畔の「ふ政商店」を訪ね、商店の切り盛りをする女将の御宮知（おんぐうち）照代さんに話を伺った。

創業は大正15（1926）年、女将の祖父政治郎さんが、肉が高価であった時代に大阪の麩屋から技術を学び、「産後の栄養補給に」と、安価で保存性の高い「麩」の製造を開始した。女将のご主人正憲さんは3代目の代表である。

歴史を感じさせる町屋風の商店に隣接する製造所で、手焼き職人の小林さん、矢野さんに製造工程を披露していただいた。創業以来、受け継がれてきた伝統的な技にこだわっておられる。

生グルテン（湿麩）に小麦粉を加えてボール状に練り、成形して電気釜で丁寧に焼き上げる。焼き上がった1辺近い棒状の麩を専用の切断機でカットし、乾燥すれば馴染み深い焼き麩が完成する。混捏には器具を使うが、他の工程は全て手仕事である。形を変えて揚げばどんな形の麩にも仕上がる。焼成には油や重曹などの膨潤剤を一切使用しないので緻密でボリュームがあり、素朴な食感と風味に仕上がる。

定番の麩以外に、平成遷都1300年祭（平成22年）を記念して、奈良県産山芋粉



手焼き職人 小林幸嗣さん
焼き上がったばかりの棒状の麩



「やきふ」（左）「竹炭入り麩」（中）「大和麩」 山芋入り（右）

入りの「大和麩」も製造。もっちりとした味わい深い食感とのご越しの良さが特徴である。近年この麩に竹炭粉を練り込んだ「竹炭入り麩」も開発し、料理のみならず製菓用素材として価値を高めようとしている。「聖徳太子が甲斐の黒駒に乗り、わずか3日間で日本を一周し、富士山も登頂した」との斑鳩ゆかりの伝説を基にした黒い焼き麩である。

「ふ政商店」は、「やまと麩」の魅力や麩を使った新しい料理を提案し、『麩は料理の名脇役である』と家庭に広く伝えたいと考えている。また、斑鳩町の企業とコラボして麩菓子の開発も行っている。

＝第3水曜日に掲載＝

MEMO

ふ政商店
【住所】斑鳩町龍田4の2の14
【電話】0745（75）2241
【メール】fumas@fe-sta.ocn.ne.jp