

高松市生涯学習センター 生涯学習推進事業（センター利用促進事業）

「夏休みキッズチャレンジ 美味しい海苔の食べ方を学ぼう！」を開催しました。

令和2年8月6日木曜日に、一般社団法人香川県水産振興協会（以下、振興協会という）事務局長の岡谷穰二さん、香川県農政水産部水産課（以下、県水産課という）技師の松下悠介さんを講師にお迎えし、小学生を対象に「夏休みキッズチャレンジ 美味しい海苔の食べ方を学ぼう！」を開催しました。

はじめに、県水産課の松下さんより、香川県産の乾海苔を使って、佃煮を調理しながら説明がありました。火にかける時、海苔は大きいままだと、うまく溶けずに煮詰まってしまうそうです。そのため、調理前にできるだけ海苔を細かくハサミで切っておくと溶けやすくなり調理しやすいそうです。さらに、エノキを刻んで入れると風味よく美味しくなるそうです。レシピの調味料はあくまでも目安なので、お好みによって量を変えてくださいとのことでした。

次は、海苔のできるまでの工程のDVDを見ながら学習をしました。海苔ができるまでには多くの工程を経てやっと海苔ができることがよく分かりました。海苔を刈り取る「刈取り船」は香川の方が考えた船だそうです。

そして特別ゲストのおさかな大使による「海苔ができるまで」というパワーポイントによる、香川県の海苔養殖についての説明がありました。

続いて、県水産振興協会の岡谷さんより海苔の栄養についての説明がありました。海苔は焼く前と焼いた後では栄養やうま味が増し、イノシン酸は2.7倍、アスパラギン酸においては4.7倍まで増加するそうです。海苔を養殖することによって海が浄化されることも分かったそうです。

しかし、最近の問題点は温暖化により、海苔が養殖できる18℃の水温の時期が短くなったり、海苔の食害（魚やカモが海苔を食べることによって生産量が激減）が起こったり、海水の栄養不足であったり、食の洋食化等による海苔ばなれや、生産者の減少により、残念ながら海苔の生産量が年々減少している事だそうです。そんな中、海苔本来の美味しさを知らない人が増えているので、多くの方に海苔の食べ方や豊富な栄養等について、さらに海苔の魅力について、もっと知ってもらいたいそうです。



海苔の佃煮の作り方	
焼き海苔	全型 10 枚
水	1 0 0 cc
醤油	3 0 cc
酒	3 0 cc
砂糖	小さじ 3
みりん	大さじ 1



それから、目の前で海苔の焼き方を実演し教えていただきました。ガスには水分が含まれているので、ガスコンロに焼き網を敷いてから火を通すこと、海苔の表裏に注意しながら焼くこと。参加者には焼く前の海苔と実際に焼いた海苔を食べ比べてもらいました。みんな一様に焼きのりの美味しさを実感していました。

最後に、炊き立てのご飯と出来立ての佃煮を試食しました。帰りには味付けのりや焼きのり、おにぎらずのキット、おさかな便利帳などがお土産として配布されました。

香川県の海苔の養殖工程や、栄養面について学習でき、佃煮や海苔の試食を通して、海苔の美味しさや魅力を親子で知ってもらえる機会が出来たのではないかと思います。

