



## つぶあん？ こしあん？ 小倉あん？

日本で初めてあんぱんが製造されたのは1874年。今から150年も前のこと。あんぱんといえば、いわずと知れた日本を代表する菓子パン。「パン」という欧米から渡来した食文化と「あん」という日本古来の素材が、うまくミックスされたあんぱん。みなさんは「つぶあん派？」「こしあん派？」今月は、あんこやあずきについて調べてみました。

### あんぱんの誕生

日本で初めてあんぱんが製造されたのは、1874（明治7）年。創業155年の木村家の創業者の木村安兵衛と息子の英三郎が、日本酒の原料となる水・米・麴で「酒種あんぱん」を作ったことが始まりです。イースト酵母がなかった当時のパンは、ホップ（=ビールと同じ酵母）で作られていましたが、パサパサで食感は固く日本人の口には合いませんでした。木村安兵衛は、思索の末にある和菓子を思い出しました。それは、「酒饅頭」。酒饅頭は米と麴から作られた「酒種（さかだね）」という天然酵母を使っています。そこからヒントを得て日本人の口に合う「あんぱん」を開発したそうです。そして、翌年の1875（明治8）年4月4日、明治天皇両陛下が水戸藩の下屋敷でお花見をする際、お茶菓子として「酒種桜あんぱん」を献上したそうです。お出ししたあんぱんには、奈良の吉野山から取り寄せた八重桜の花びらの塩漬けが使用され、両陛下はことのほかお気に召されたそうです。宮内庁御用達となったことがきっかけとなり、全国でもあんぱんが流行していったそうです。

### ぜんざいとおしるこ



ぜんざいとおしるこは、似ているようで違うもの。このふたつの違いは？と聞かれたら答えられますか？

どちらも小豆を砂糖で甘く煮てその中に餅、もしくは白玉団子を入れたものです。その違いは関東と関西で大きく異なっているそうです。

関東では

**おしるこ** 汁気のあるもの全般のこと。粒あんを使っていたら「田舎しるこ」や「小倉しるこ」、こしあんを使っていたら「御膳しるこ」と呼ぶ。

**ぜんざい** 汁気のないあんこに、餅や白玉を添えたもの。

関西では

**おしるこ** こしあんを使った汁気があるもの。

**ぜんざい** 粒あんを使った汁気があるもの。

関西で、汁気のない粒あんの場合は『亀山』などと呼んでいます。

江戸時代には、すでに関東と関西で違いがあったそうです。

### つぶあん、こしあん

日本では、昔から「つぶあん派」と「こしあん派」の冷戦状態が存在していることは皆さんご存知ですよね。インターネットで調べたあんぱんに関するアンケートでは、「こしあん派」は37%、「つぶあん派」は58%という結果だったそうです。調査結果から、年齢が若い方は「こしあん派」、年齢が高まるにつれ「つぶあん派」が多いことがわかったそうですよ。

あと、地域によっても好みが大きく分かれていきます。愛知県を境に、関西ではつぶあん派の割合が高く、関東ではこしあん派の割合が高いといわれています。実際、関西のコンビニエンスストアでは「つぶあんまん」が売られていますが、静岡県から東は「ごまあんまん（こしあん）」が販売されているそうです。

ちなみに、「小倉あん」というハイブリッドなものもあります。なめらかなこしあんに大納言小豆を少し加えたあんのことです。大納言小豆のツブツブ食感も楽しめます。京都の小倉山の近くで栽培した大納言を使ったことから小倉あんという名前になったそうです。

### あずきパワー

あずきは女性にとってうれしい効果や効能が期待できる栄養価の高い食材なのをご存知でしょうか。古来、薬用に使われていたとも言われているあずき。その効能は、

- ・食物繊維 → 便秘解消
- ・ポリフェノール → アンチエイジング
- ・鉄分 → 貧血予防
- ・サポニン → コレステロール低下
- ・ビタミンB1 → 冷え性改善
- ・カリウム → 高血圧予防



便秘や貧血が解消され、美容やダイエット、体質の改善にも効果があるとも言われています。その中でも1番の魅力は、ポリフェノールの量！赤ワインの1.5倍。そして、食物繊維はごぼうの4倍も入っているそうです。ただし、砂糖と一緒に食べると血糖値が上がってしまうので、砂糖なしのゆで小豆で食べるのがおすすめです。でも「あんぱん」おいしいんですよ～。

### 漢字しりとり迷路

挑戦してみよう！

3月号こたえ

スタート

感	来	坊	主	頭
謝	風	烈	友	取
祭	日	痛	頭	得
念	記	風	船	意
切	手	紙	達	義

スタートからゴールまで熟語のしりとりで移動する迷路ゲームです。正しいルートでゴールまでたどり着くと、通らなかったパネルが出てきます。

半	形	図	別	行
生	地	鑑	識	動
改	種	品	物	植
良	以	嚴	正	統
性	別	莊	前	派

この余りのパネルの漢字をつなぎ合わせてできる熟語が「答え」になります。例題では「以」と「前」のパネルが余るので、「以前」が答えとなります。

無	期	限	度	外
省	部	下	床	視
半	下	本	末	転
身	反	日	休	倒
体	検	査	定	壊

こたえ

反省

無期限 → 限度 → 度外視 → 視床下部 → 部下 → 下半身 → 身体検査 → 査定 → 定休日 → 日本 → 本末転倒 → 倒壊

漢字しりとり迷路 応募方法

- ①名前 ②住所 ③電話番号 ④「かとけん通信」の中で興味があった記事、ご意見、ご感想など。
- ⑤答えをご記入の上 FAX かメールにてご応募下さい。

FAX 22-2133 ☒hirose@kato-const.jp ハガキやお電話でもOKです！

ゴール

# かんたんレシピ

# あずきのカレー

✿材料✿ (2人分)



挽き肉	150g
あずきの水煮	大さじ4
玉ねぎ	1個
ニンニク	1片
オリーブオイル	適量
カレールー	2片
塩・こしょう	少々

- ① 玉ねぎとニンニクをみじん切りにしておきます。
- ② 鍋にオリーブオイルとニンニクを入れて弱火で炒めます。
- ③ 挽き肉を加えて色が変わるまで炒めます。
- ④ 玉ねぎを加えて透き通ってきたら小豆を加えて炒めます。
- ⑤ 水1リットルを加えて中火で煮込みます。
- ⑥ 沸騰したら弱火にカレールーを加えて2分ほど煮て火を止めます。
- ⑦ 塩、コショウで味を調べて完成です。



## 「くめぐみ」のつぶやき...



今年大河ドラマは紫式部(光る君へ)ですね。もちろん大河好きの私は見えます。  
 紫式部は源氏物語と日記や和歌以外はほとんど資料が残っておらず、想像で  
 作品を作るしかないです。これはこれで新鮮に見ることもできます。またとどこどこに  
 源氏物語の要素が含まれているようです。平安時代のセットが上手く作られてあり、装束  
 の美しさはたぬ息もので、皆の演技が上手いので平安時代にタイムスリップしたような  
 感覚になります(単純) 大まかに歴史の勉強になるのはいいと思っています。  
 京都好きとしては中々の地を巡りたいのですが、これからは人が多すぎて大変で、  
 前は穴場もあったのですがSNSで皆さん情報集めているので、ほぼ満状態でも  
 御朱印やお礼をもらうのも一苦労です。今、さらに穴場のお寺を探しているので  
 暑くなる前に行って来ようと思んでいます。

## 社長よりひとこと

桜の開花が一気に進み、天気よかった週末はあちこちの公園でお花見をする人で賑わった。  
 本当に日本人は桜が好きで、パッと咲いて短期間で儂く散っていく姿に美徳を感じているようで、  
 いいことではないですが戦争でもその潔さに惚れ兵隊さんは桜が好きだったとか。現在自衛隊  
 も桜を使いますが、出来れば潔く儂くではなく、その柔らかな薄ピンク色から平和を望み愛している  
 という意味で使われていると思いたいです。今年個人的に外で本格的な花見をすることはな  
 さそうですが、運転しながら歩きながら桜を眺め春を満喫したいと思います。加藤淳



都市ガスリフォーム  
専門店

# か と けん ホーム

〒620-0042 福知山市北本町二区30-1 加藤建設(株)



ホームページ

社長ブログ

0120-24-1900

か と けん ホーム

検索

かも社長

検索

## お宅の給湯器 は 何歳ですか？



- \* ガス給湯器は製造から10年が耐用年数とされています。
- \* 10年経過すると異常がないようでも能力は低下しています
- \* 故障してお湯が出なくなる前に取替をお勧めします。