

胡麻インストラクター協会

〒604-0845

京都市中京区烏丸御池上ル二条殿町 546

Tel 075-222-7318 fax 075-222-0318

胡麻インストラクター協会 会報

2009年6月20日発行 第1号

京都と胡麻の関係

胡麻インストラクター協会

代表 セサミマイスター 深堀 勝謙

世間では京都と胡麻は密接な関係があるイメージが強いと思いませんか？

たとえば最近ヒットしたのものでも黒胡麻の生八橋。

おたべさんや井筒八つ橋本舗さんも発売されています。

また胡麻というと“和”のイメージがよく合いますよね。

しかしながらセサミマイスターの皆さんもご承知の通り胡麻はアフリカ原産の植物なのです。

ではなぜ京都のイメージや和のイメージが強いのか？という疑問が湧いてきませんか？

ちなみに僕の場合も胡麻を京都から発信させる方がイメージにじっくりくるとい理由があります。

そこで考えてみると、アフリカから地中海、中東、インド、中国から日本へと渡った胡麻。

日本からしてみれば、中国（西の方から来た麻の実）から来た食材なのです。

最初は生薬としての伝来だったと思えます。

漢方薬などがその類ですが、漢の方の薬で漢方薬なのです。そこに同じ原点があったようにさえ感じます。

胡麻は食べる丸剤といわれることから、漢方薬のひとつであったといってもいいでしょう。

その証拠は中国の薬草図鑑である本草綱目や薬味である七味唐辛子にも胡麻は入っています。

中国から渡った漢方薬は医食同源のもと、お寺の精進料理に使われるようになりました。

お寺においては、肉食をしません。

その肉の代わりに胡麻を食したとされています。

また、京都は海から遠く海の魚を食べる習慣が少ない地域でした。

その栄養分として胡麻が食されたとあります。

お寺の修行や食事で、また魚を食べることができない食文化の代替として胡麻は珍重されたのでしょう。

また興味深いのは、京都から遠くない滋賀県の地域では、白胡麻の栽培が盛んだったことがあります。

きっと琵琶湖周辺で白胡麻を栽培し、京都へ持ち込んだ可能性も考えられます。

関西では白胡麻文化、関東では黒胡麻文化。このあたりも何か秘密があるのかもしれないね。。。

ようこそ!『裏胡麻美人ワールド』へ

事務局長 GOMA - I S S A

ついにセサミマイスターの会報が配信されることとなりました……。

う～ん、何をお届けしよう……ゴマ粒のような私の脳には、ゴマの種?!

いえいえ悩みの種です。(笑)

そんな一粒がわずかでも、集まれば立派なゴマ脳! (^ ^) v ……それはともかく、私のコーナーはコーヒブレイクならぬセサミブレイクという感じのゆるいページにしたいと思います。どうぞ最後まで力を抜いてお読みください。

ここ二週間ほど、胡麻屋くれえぶ堂と胡麻ソムリエはテレビの撮影ラッシュでした。撮影が気になるも、私の興味はソムリエに絡む芸能人!



タカ&トシは素でもおもしろい方たちで、タカさんはテレビで拝見するよりぼわっと大きくて、日焼けと汗をととも気にされていました(++)。トシさんは帰り際に、自ら「ありがとうございました。」と近寄って声をかけてくださり、私のノミの心臓……ではなく、ゴマの心臓は一気に加速して『開けゴマ!』と弾けて、トシさんに惚れましたあ〜♡

ますだおかだのますださんは、大のクレープ好きということで、東京タワーの下の某クレープ屋さん

に、よく行かれるということでした。

でも、「くれえぶ堂の生地が、今まで食べた中で一番美味しい!」と。ますださん!それ、テレビで言ってよね!!



ますださんとは、ふつーにたくさん喋ってしまいました(#^.^#)



関西の三大重鎮(やしきたかじん、円広志、上沼恵美子)の中のお一人、円広志さんは……そこらのお腹の出たオジサンとしか……(— —)

奥さあーん、奥さあーんと。これって、やっぱり関西うけ?!私の中では、円さんて、『飛んで飛んで飛んで~』さて、一曲の中で何回飛んでを言ったでしょう?と、指で数えて歌った記憶しかないんですけど……。

と、こぼれ話はこのくらいにしておきます。

ここからは、『胡麻美人』には、載せていない裏レシピをセサミマイスターの皆様に、こっそりお教えいたします。今回は、セサミマイスター試験の調理実習の時の『胡麻ラテ』です。

[材料]

- ・インスタントコーヒー（カップ1杯分に対して、大さじ1杯強）
- ・牛乳又はお湯
- ・胡麻クリーム（生クリーム200ccに対して金胡麻ペースト大さじ2〜3杯、グラニュー糖、又は粉糖を好みの甘さ分）
- ・金すり胡麻

[作り方]

- ①鍋に牛乳又はお湯を沸かし、インスタントコーヒーを溶かしカップに注ぐ。
- ②胡麻クリームをうかべ、金すり胡麻をトッピングする。



身体が喜ぶだけでなく、心も優しくなれますよ（^^）心が疲れてると感じる前に、ぜひお試しください。次回も、裏胡麻美人レシピ、もしくはワンポイントラッピングをお届けする予定です。

それでは、最後に今月の一言

梅雨場でも気のせい?! か…………ソムリエ背後に感じる黄金の輝き。まぶし〜いっ!!（笑）

次回へ

胡麻と色

広報 後藤 武史

食べ物の味といえば味覚、つまり舌からしか感じられないと思われがちですが、実は視覚から感じる部分が多くあるといわれています。実際に緑色の「イチゴ味」のものを食べると「メロン味」に感じたり、赤色の「バナナ味」のものを食べると「・・・」となったりするそうです。

少し色の事について述べてみますと、色には甘く感じる色（赤やピンクなど）やしょっぱく感じる色（青など）、すっぱく感じる色（黄色）などがあり、それぞれ甘く感じる（熟した果物の赤）、しょっぱく感じる（海や塩から連想）、酸味を感じる（レモンや柑橘類）など食べ物や自然界の中で得た色の記憶をそのまま感じるのではないかとされています。そのため前述のような緑色の「イチゴ味」のものを食べても視覚からは「緑＝メロンや野菜」が感じられ、味に影響するそうです。また食物の色は栄養面においても、赤色の食べ物、黄色の食べ物、緑色の食べ物と食卓に彩りをつけると、栄養がバランス良く摂取できるといわれています。

さて、胡麻といえば主な色は「金・黒・白」ですが、それぞれの色のイメージは

金…高級な、派手、輝き

黒…濃厚な、重い、威厳、

白…清潔、清楚、新鮮

です。その「金・黒・白」を組み合わせると「高級で濃厚なイメージ」になります。また黒を基調にして「香ばしさ」を表す事も可能です。そういった意味合いからも胡麻の加工品やお菓子では黒を基調にした物が多いのかもしれませんが（原材料が「黒胡麻」を使用しているという理由からも多々ございますが・・・）。

しかし、一方「胡麻」そのもののパッケージを見ていると、「白・黄・赤・緑」を使ったものが大半です。その意味としては「白・黄・赤・緑」からくるイメージとして「新鮮で、元気を与える」、つまり「健康になりますよ」とアピールしているのだと考えられます。

あなたの考える「胡麻」のイメージはどのような色でしょうか？そして今後胡麻をアピールしていくのに、どのような色でアピールしようと思えますか？その色に現在のあなたの胡麻に対する思いや、今後の行動パターンが隠されているのかもしれませんがね。

日本語と胡麻の学名

広報 深堀秀生

日本語というものは、元々インドネシア語やマレーシア語と同じマレー系の単純な言語であったと考えられますが、中国語や他の外来語の影響で、どんどんと複雑化していきました。今では日本語を学ぶ留学生の方々から、「悪魔の言葉」などと、半分冗談、半分泣き顔（笑）で言われるくらい複雑な言語となっています。

なぜなら日本語を勉強するには、3種類の異なる文字を覚えなければならないからです。つまり、ひらがな、カタカナ、漢字です。しかも常用漢字だけでも2000字ほどあります。

これに対して、アルファベットを基本とする言語というのは、基本的には文法の複雑さを度外視すれば、アルファベット26文字ですべて表現できる単純な言語であり、また言い回しも単純な表現を好むものであると思います。

ホームページでも紹介していますが、胡麻の学名について考えてみてもこの違いははっきりしています。胡麻の学名は「*Sesamum Indicum Linnaeus* (セサムム インディクム リンネウス)」と言いますが、日本人にとっては、何かアルファベットが長々と並べられて難しく感じられるかもしれません。しかし、実はとても簡単なことしか書かれていません。

「リンネのインドの胡麻。」

つまり、「リンネの（名づけた）インド（原産）の胡麻」と書かれているだけなのです。

リンネさんの時代には、インドでたくさん胡麻の栽培がされていたため、「胡麻はインド産」と考えられていたとのこと。それで学名にまで「インド原産」という言葉が入っているそうです。

ところで、「*Sesamum Indicum Linnaeus*」を日本語に翻訳しようとする、どうしても長々と説明的になってしまいます。「リンネ命名のインド発祥の胡麻」。

学名に使われているラテン語において、たった3単語で済んでいる語を翻訳すると、日本語では長つたらしくて説明的な文章となってしまいました。しかも、ひらがな、カタカナ、漢字のすべてが遣われています。

こう考えてくると、一般的に日本において、外国語（たとえばラテン系の言語）は難しいものと考えられがちですが、実際にはやはり、日本語の方が難しい言語であるというのが事実なのではないでしょうか。

学名などの外国の言葉を日本語に置き換えて考えようとするからこそ、かえって私たちには外国語が難しく感じられるようです（笑）

— 朝食にも是非「ごま」を —

総務 早稲田 紀子

胡麻インストラクター協会事務局にて総務を担当させて頂いております(株)わだまんサイエンス社員の早稲田紀子です。これからも宜しくお願いいたします。

仕事柄、胡麻好きのお客様とお話をさせて頂く機会が多いのですが、皆さんに共通しているのが何にでもかけて毎日召し上がっていらっしゃる事。

先日、お見えになったご年配のお客様は手間をかけずに簡単に毎日胡麻を摂るため、炊飯時にすり胡麻をたっぷり混ぜてご飯を炊かれるそう。

どちらかという野菜の胡麻あえやお肉・お魚にすり胡麻をまぶして焼いてみたりと、おかずやお菓子作りに胡麻を使うことが多かったので勉強になりました。

こちらから胡麻の良さや料理法を提案させて頂くだけでなく、こんな風にお客様からのお話を伺えるのも嬉しいことです。

新聞に骨の健康に不可欠なカルシウムについて、必要摂取量を満たしている女性は1%に満たないとの記事が載っていました。

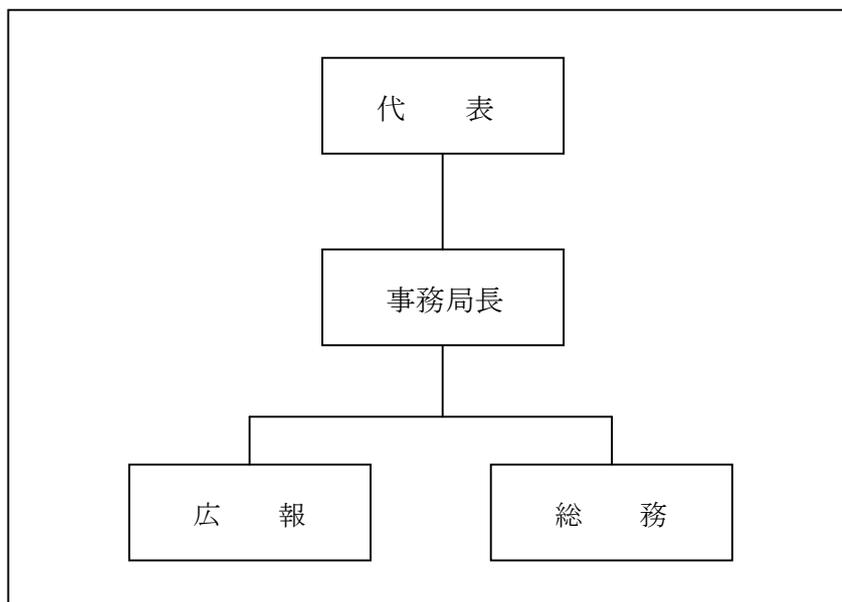
特に朝食を摂らない人や夕食を外食で済ませる人ほど不足しているそうです。

体と脳を目覚めさせる大切な朝食。毎朝しっかり摂って骨の健康を守りたいですね。

胡麻は大匙約2杯で牛乳1本分のカルシウムが手軽に摂れます。

ご飯派なら納豆やお味噌汁・おひたしに、パン派ならトーストやサラダにかけたり牛乳に混ぜたりと是非一緒に胡麻もたっぷりと頂いて、しっかりカルシウムを摂りましょう。

胡麻インストラクター協会 組織図



☆胡麻情報

【海外産地トピックス】

■食品胡麻

<パラグアイ産>

年初来の少雨が継続し、ラプラタ川の水位が低下し、船舶の航行に影響が出ている模様。腐れ易い貨物、海上運賃が高い貨物などが優先されているとのこと。

■搾油胡麻

中東諸国の買いが一巡も、中国が断続的に買い付け中で、相場は小動き状態。

☆お知らせ

- ・2009年6月29日(月)か30日(火)9:55~11:25の関西テレビ『よーいドン!』(関西地区)にて、胡麻屋くれえぶ堂が紹介されます。
- ・2009年7月9日(木)19:00~19:55のテレビ朝日『いきなり黄金伝説』にて、「京野菜胡麻クレープ」が紹介されます。ぜひご覧ください!

・セサミマイスターの皆様には、順番に会報の文章を依頼させていただくと思っておりますので、よろしくお願いたします。その他、情報や投稿を随時募集しております。

goma@wadaman-s.comまでお願いいたします。

次号は7月20日配信予定です。お楽しみに!