

# 京食人の道

取材・文／もとむらてつろ



株式会社森口加工食品社長・福三田邦彦さん。「有機納豆製造工場」や「京都信頼食品」の認定を受け、製品や原料の情報公開を進めたり、原料大豆の7割を国産にするなど、安心・安全な京都の納豆づくりに日々奔走している。本誌でもお馴染みの旧大宮北山角の「鬼太鼓」の常連で、常時4〜5種類の納豆料理が食べられるよと自慢（宣伝）をしておられました。



関東は写真のような小粒が人気ですが、関西では中粒・大粒が主流。大豆由来のタンパク質やビタミンK・食物繊維を豊富に含み、プロバイオティクスと呼ばれる納豆菌はO-157に対して抗菌作用があるという優れたもので、血栓溶解酵素まで持っている日本が誇る伝統発酵食品。ビタミンA・Cは含まれていないので、薬味（ねぎ・みょうがなどの野菜）で補うところに先人の知恵を感じさせられます。

## 牛若納豆「洛北」

同社の京ブランド認定食品である納豆、「洛北」。近畿一帯の遺伝子組み換えでない、中粒でバランスが良く特に美味しい大豆を使用。香り控えて口に含むと何とも言えない豆の旨味が広がり、噛むほどに大豆の心地よい歯触りと濃厚な食感が口いっぱいにまとわりつく…。納豆を食する一番の醍醐味ではないでしょうか。社長自身がこの納豆が「牛若納豆」の代表選手であると言った事が感じられる逸品です。

## 株式会社森口加工食品

京都市北区紫竹牛若町22  
☎075-494-3485  
9:00〜17:00 / 日休  
<http://www.kyoto-ushiwaka-na.co.jp/>  
京都中粒納豆「洛北」  
150円/1パック(30g×3個入り)  
市内スーパー・百貨店でも購入可

## もとむら・てつろ

料飲研究家・フードアナリスト・日本酒学講師。安心安全な国産食材、調味料、酒、飲料水を求め全国行脚を進行中、現在KBS京都ラジオ「笑福亭昇瓶のほっかほっかラジオ」(毎週月〜金6:30〜10:00放送)の「きょうもほんなりおこしやす」コーナー(第2水曜日9:35より)出演中。  
「残念な事に、本誌は今回で終わりですが、まだまだ京食人話はいっぱいあります、また機会があればどこかでお会いしましょう。」

納豆と呼ばれる食品は実は2種類あり、1つは奈良時代に中国から伝わった麴菌で発酵させた納豆。京都や奈良の寺院でつくられた塩納豆や寺納豆がこれにあたります。1050年頃に書かれた「新猿蓑記」という文献に「納豆」という言葉が初めて登場します。

もう一つは納豆菌(枯草菌)で発酵させた納豆。現在一般に納豆というところの糸引納豆になります。そんな納豆の発祥はというと、平安後期の武将、源義家が奥州討伐に出かけた時という説「義家の納豆発祥説」が東北に多く残っており、納豆と言えれば水戸を思い浮かべますし、東北各地に納豆発祥の碑なるものもあり、東北が納豆王国のように思われがちです。

「じゃあ何でCFで京の食人道やねん！」ですすよね？そこで今回の主役、京都の百貨店やスーパーでごく普通に見かける定番の京納豆を製造・販売している株式会社森口加工食品さん。社長の福三田さん曰く、「平安時代、京の都は政治も文化も全て中心。当然、八幡太郎(源)義家は奥州出兵の際、京北の武者を動員し、納豆製造を伝えながら移動した。だからから道中に碑が点在しているのです。」ちなみに義家の曾孫が牛若丸だそう。まあ歴史コラムではないのでこれ以上深く追求はしない(出来ない?)でおきますが、歴史ある納豆は、実は事業としての納豆製造が意外に新しく、納豆製造業としては大正になってから。その中で創業130余年という老舗納豆屋さんが同社です。京都の食卓に合わせた、香り控えて大豆の旨味を実感できる納豆を、手づくりで納豆に合わせたサイクルで製造する。だからこそ、京都の繊細な料理の邪魔をしない滋味深い味が出せるそうです。

非常に気さくな面白い社長で、取材中も冗談ばかりの和み系ですが、いったん納豆の話になると目つきが変わる職人さんでもあります。

「京納豆は食卓の付属品ではなく大豆料理のひとつ、立派な一品なんです。だから味には非常に敏感になりますし、手づくりはその証し。小さな納豆屋だから出来ること、丹波の黒豆や山形の紅大豆を使ったり、美味しいと思うものはすぐ挑戦する。生き物である納豆菌のご機嫌をうかがいながら、また相談しながら、顔色までうかがって大事に育てる。その結果が美味しい納豆をつくる秘訣です。大手メーカーは365日、常に80%の力を持続して出荷出来る。うちは、生きてる納豆菌を相手に365日は無理だけど、常に100%だよ。80%のものは出荷しないから。」と、いかにも職人さんらしい胸を打つ言葉をもらいました。

## 以前色々問題があった納豆ブームですが、当時地元新聞社の記事に「納豆ブームなんて迷惑です」と答えていた社長の納豆観に、納豆食(納得)です。

## 京のあとりよせカスタム



この「牛若納豆 洛北」をおとりよせして…。「牛若納豆 揚げ春巻き」に。



「牛若納豆 洛北」

その起源は諸説・異聞ありますが、京都発祥説を譲りたくない！