

ポン酢の「ポン」って何だ！？

食欲の落ちる梅雨時は、料理に少々「酢」を取り入れるとおいしく頂けます。酢豚や酢飯、酢味噌あえなどの定番メニューはもちろん、いつもの唐揚げをマリネにしたり、やきそばに酢を少々ふりかけるだけでもさっぱりおいしく頂けます。酢のクエン酸は疲労回復を助けますので、お疲れの方はぜひ取り入れてみてくださいね。

料理用にはこちら

富士酢 (飯尾醸造・京都府宮津市) ¥630/500ml

この酢の特徴は旨味が強くコクのある味。色からしてタダモノではありません。普通のお酢が薄黄色なのに、まるでウイスキーのような琥珀色。いかにもうまそうなのです。

酢は「酒」に酢酸菌を加え、発酵させて造ります。「富士酢」を作る飯尾醸造さんでの製法。まず「酒」を造ります。それに使う米が、なんと地元の棚田で作っている無農薬の新米(ありえな〜い)。で、いわゆる純米酒の元を造るわけです。次に、できた酒に酢酸菌を加えます。この酢酸菌は、飯尾さんの蔵に100年以上前から住みつく伝家の菌。この唯一無二の菌が持つ個性が「富士酢」の味や香りの個性となるのです。そして、3〜4ヶ月間静かに置いて、自然のままに発酵させます(これを静置発酵といいます)。発酵が終わると熟成庫に移され、最低でも8ヶ月間寝かせて熟成。この手間と、たっぷりかける時間と愛情によって、まろやかで美味しい酢へと熟成していくのです。独特の芳醇なムレ香がありますが、これは昔ながらの手法で造った純米酢の証し。米から産まれる旨味とコク。ツンとこない優しい酸味。これで酢飯や酢の物にしたらおいしいうらやうな、と思わせる味です。普段使いにおすすめしたい酢です。



千鳥酢 (村山造酢・京都市東山区三条) ¥441/360ml ・¥641/900ml

おなじみの千鳥酢。こちらも富士酢同様の米酢で、非常にファンが多いお酢。製法ですが、やはりまず「酒」を造ります。米は国産米を100%使用して、伝統的手法で純米酒の元を造ります。それから酢酸菌を加え、発酵させるのですが、村山造酢さんではこの過程を二刀流で行います。1つは富士酢と同じく、ゆっくり醸す「静置発酵」で、もう1つは「連続発酵法」とか「機械速醸法」と言われる手法。これは、人為で空気を大量に送り込み強制発酵させるので、ここでは約1週間の短期間で十分な発酵が完了とのこと。村山造酢さんでは「伝統的にゆっくり醸した酢」と「短期間に造った酢」をブレンドして、その後一定期間の熟成を経た後、皆さまにお届けしています。味は富士酢よりあっさりしていて、コクと酸味が控えめ。酸味が苦手、キレのよさを生かしたい、またらっきょう漬けなど大量に使う場合はこちらのお酢がいいかもしれません。



お酢の製法についてひとこと

現在一般的に流通量が多いお酢は、「アルコール酢」と言われエチルアルコールを水で薄めたものに酢酸菌を加えて発酵させたものや、石油から作った氷酢酸を水で薄めて、調味料で味付けした「合成酢」と言われるもの、酒は造るけど、その原料はくず米や米ぬかだったりするもの様々です。お酢は発酵食品。伝統的な製法・生命力のある原料で時間をかけてゆっくり醸されたものには、目に見えないけれど、人間の体を保つのに必要な無数の天然のアミノ酸や有機酸がたっぷりなのです。おいしいだけでなく、と〜ってもありがたいのです。

かけたい方はこちら

昆布ぼんず (井ゲタ醤油・島根県出雲市) ¥683/360ml

おろしあえ、餃子、しゃぶしゃぶなど、ポン酢じゃないとね、というときがあります。出雲の井ゲタ醤油の「昆布ぼんず」は天然醸造の醤油と国産の柚子、橙果汁、昆布かつおだしなどをあわせた無添加のポン酢です。醤油屋が作っただけあって、味ははっきりして、だしが強く、果汁のキリリとした酸味と香りがおいしく使いやすいポン酢です。同量のオイルと混ぜるとおいしい和風ドレッシングになります。




飲みたい方はこちら

那智の黒米酢 (丸正醸造・和歌山県那智勝浦) ¥1600/300ml

もう料理に取り入れるだけじゃ、疲労回復にまにあいませんっ！という方、飲んじゃいませよ。このお酢は原料にもち玄米を使っているため、色の黒い、いわゆる黒酢。旨味成分が豊富で天然のアミノ酸がたっぷりです。ツンとした酸味が少ないので、はちみつやりんごジュースなどと割って、「マイ黒酢ドリンク」を作りましょう。市販のドリンクは血糖値を急上昇させる、ぶどう糖果糖液糖など、気になる成分が入っていますので自分で作ると安心です。こちらの製法も昔ながらの作り方です。



 **知っ得メモ** ~ さて、ポン酢の「ポン」って何だ！？ ~

いったいなぜ「ポン」なのかと、30年ちよつとの人生で始めて疑問に思い、調べてみると、やっぱり気になっている人は多いようでした。

サンスクリット語「パンチャ説」
パンチャとはインドのサンスクリット語で「5つ」という意味。5種の材料(スピリッツ、砂糖、レモン汁、スパイス、水)を混合した飲みものこと。
17世紀ごろ、インドとヨーロッパの貿易が盛んになり、ヨーロッパに伝わった「パンチャ」はイギリスでは「パンチ」、オランダでは「ポンス」という言葉に変化。日本へは江戸時代にオランダ人によって伝わりましたが、最初は長崎の卓袱(しっぽく)料理の食前酒として用いられていたのが、ポンスはお酒として定着しないまま、もともと混合されていた柑橘類の果汁そのものを指すようになったとのこと。
用途も飲みものから調味料へ、また名前も「ポンス」から「ポンス」に、さらにポン酢、ぼん酢へと変化。パンチャーポンス→ぼん酢、みたいな。調べてみると意外な歴史の積み重ねにびっくり。