

長野県

信州アカマツの経木が豆に宿す、風味豊かな味わいと香り
この地で唯一残る、伝統の製法による「経木納豆」

信州産大豆の経木納豆

信州のアカマツと大豆が生む風味
信州では古くから林業が盛んで、良質なアカマツが生育されていた。そして納豆と言えば藁で包み込んだ納豆という時代に扱いやすく衛生的とのことから好評を得て、信州内の他のメーカーへと経木納豆が波及していった。毎年行われる納豆の全国鑑評会でも経木納豆は高い評価を受けている。



本場の本物
認定
ココが特徴

信州産大豆の経木納豆

名称の由来／信州は古くから林業が盛んで良質なアカマツ材から経木が生産されていたことから、信州産大豆を使った納豆を経木で包んだ経木納豆が生まれた。

製法の特徴／大豆に水分を吸収させて組織を軟化させ、圧力蒸気により蒸煮。急激な圧力や温度上昇を避け時間をかけて低圧で行う。これにより弾力ある柔らかい煮豆ができる。

原材料の特徴／現在は小粒ながらももちりした食感で味も良い長野県認定品種の「すずろまん」を使用。この煮豆を県産アカマツ材で作られた経木に充填し包む。

品質と安全性／製造に用いる設備・器具は煮沸した上、アルコールを噴霧し乾燥させて衛生的に保持する。

業界とりまとめ団体／有限会社 村田商店 長野県長野市若里1-4-8



有限会社村田商店
代表取締役社長

村田 滋氏

健康食品の代表として、日本だけでなく今では海外でも人気の納豆。毎朝の食卓には欠かせないもののひとつだ。この納豆、茹でた大豆を納豆菌で発酵させるというシンプルな製法だが、大豆の種類や製法の違いにより味わいが異なる、奥深いものでもある。教えてくれたのは「経木納豆」だ。

発泡トレイや紙パック入りのものがスーパーでは主流になっている。この製法が確立され全国の食卓で毎日食べられるよう大量生産が可能になったともいえるのだが、そもそのルーツが藁包みのものであったことは周知の通り。このほかに、林業が盛んな信州地方ではアカマツの経木に大豆を包み製造される「経木納豆」というものが存在する。大正時代から伝わるこの「経木納豆」の製造を長野県内で唯一、今もなお村田商店が続けている。納豆は室町時代か

ら食されていたというが、もちろん当時発泡スチロールはなく藁を使つての製造が長くメインだった。藁が混じり食べにくいというデメリットがあった中で、経木納豆は画期的な製法だったようだ。良質なアカマツが生育していたことから、この地では経木の生産が盛んだった。経木は肉や魚などの生ものを包むのに使われることが多いが、特にアカマツやエゾマツは松脂の抗菌効果が期待されることから湿度調整機能に加え納豆菌以外の雑菌から身を守るメリットもあり、納豆製造でいえば非常に衛生的な容器だといえる。また酸素の透過率が非常に優れているため納豆菌が発酵時に必要とする酸素が効率よく供給され、その結果多くの納豆菌胞子が増殖し、納豆には欠かせない強い糸が生まれる。さらにプラスチック系の容器とは異なり発酵時に生成されるア



圧力蒸気により時間をかけ低圧蒸煮することで、弾力ある柔らかさの煮豆に

大豆と納豆菌はすべて人の手によって経木に包まれる

経木に包まれ納豆菌がストレスなく活動し、ふっくらとした深い味わいに

ンモニア臭も経木は外部へと発散させることが可能で、納豆臭さも大きく軽減される。村田商店の経木納豆は、納豆専用に長野県塩尻市の野菜花き試験場で開発された長野県認定品種の大豆「すずろまん」ほか地域産のものを使用。すずろまんの特性である小粒ながらももちりした食感はこの経木によつてそのままに、最高の状態の納豆へと仕上げられる。納豆の全国鑑評会でも経木納豆は毎年、高い評価を受けているという。

また発酵だけでなく、保存の面でも経木にはメリットがある。納豆は古くなるとアンモニア臭がし、白い斑点が出てじやりじやりとした感じがするため味が悪くなるが、経木はそれを長い期間抑えることができるのだという。

長野県で信州産大豆を使用し、昔ながらの手作業による経木納豆を製造するメーカーは村田商店のみとなつてしまった。また経木そのものが自然の恵みでもあり、いつまで供給が可能なものなのかも分からない。そんな貴重な納豆を食することができる今を大切にしたいものだ。「機械化が可能な発泡スチロール容器のものと違いコストも手間もかかることで一時は



古今納豆小粒、安曇野大粒納豆の経木納豆以外にも様々な納豆製品を製造



長野県で唯一、経木で包んだ納豆を製造する村田商店



自然の風味と豊かな味わいが、本来納豆が苦手という人にも好評

アカマツの経木で包み、じっくり発酵させる

朝ごはんに納豆があるとうれしくなる。それも経木入りならさらに上機嫌になれる。経木はもとが木で通気がいいから、発酵に欠かせない酸素を取り込む一方で、発酵時に出るアンモニア臭は外に逃がす。そのうえ吸湿性に富むから、豆がふっくらするし、糸のねばねばもしっかり育つ。この健康美味はぜひとも後世に伝えたい。



審査専門委員
フージャーナリスト
食文化研究家
エッセイスト

向笠 千恵子氏

商品情報

古くから林業が盛んな信州の良質なアカマツ材から作られた経木で包まれた、信州産大豆で作られた経木納豆が「古今納豆小粒」と「安曇野大粒納豆」です。

関連団体

有限会社 村田商店
長野県長野市若里1-4-8
☎026-226-6771

