



ちよつと勉強室 NO.25

今回のテーマは **塩** を知る！

(1) 塩の基礎知識

一般に「塩」というと、「最も身近にあるシンプルな調味料」と、思い浮かべるでしょう。英語の **salt** は、サラリー（給料）・サラダの語源に当たります。塩は、通貨とされたり、宗教で清めに使われたりと、古くから私たちの生活に様々な形で大きく関わってきました。

現在、世界中で1年間に約1億8,142万トンの塩が生産されています。海水から作られる塩は、そのうちの約1/3で、残りは岩塩や湖塩など、海水以外の塩資源からとられています。日本で使われる塩は、約86%を輸入に頼っており、多くはメキシコやオーストラリアで作られた天日塩で、工業用はこのまま、食糧用にはこれを精製して使用されます。私たちが調理で使っている塩の量は、全体のたった3.3%と少なく、殆どが工業や加工品等に使用されています。

塩は明治38年に専売制度が大蔵省専売局の管理下で、財政収入の確保と国内塩産業の保護育成を目的に創設されました。大正8年以降、塩の円滑な需給、価格の安定および国内塩産業の保護育成を目的とする、いわゆる「公益専売」（日本専売公社のちの日本たばこ産業）となりました。平成9年4月1日に塩の専売法が廃止され、それにかわり塩事業法が誕生しました。基本的方針は変わりませんが、部分的に規制が緩和され、様々な製造法や国の塩が市場に出回るようになりました。

(2) 塩の種類と製造法

古代…海水を容器に入れ、直火にかけて煮詰める方法（直煮法）や、海藻に海水を含ませ、焼いて塩分を濃縮させた後、水に溶かして煮詰める方法（藻塩焼き）。

中世…揚げ浜式塩田＝人力で塩田に海水を捲き、日光で乾燥した砂を囲いに集め、更に海水を汲み入れ砂の塩分を溶かして、濃い塩水を溜め、釜で煮詰める方法。

～近世…入り浜式塩田＝堤防を築き、塩の干満差を利用して、塩田に原料の海水を引き込む方法。

現代…昭和46年、法律により塩田が廃止され、イオン交換膜式（塩化ナトリウムを電気的に取り出す方法）の専売塩（高純度の **NaCl**）が主流となりました。その中で、特殊用塩として、民間加工業者が専売塩ににがりや旨味成分を加えて加工した再生自然塩（あらしおや天塩等）が承認されました。その後、専売法の廃止により、塩田が復活し、自然海塩（海水を原料に海の成分がそのままの塩）が作られるようになりました。また、一部輸入解禁で、数は少ないものの、日本ではとれない岩塩や外国の塩田による天日塩も販売されるようになりました。これらの塩は、微量成分や製法の違い等で結晶の大きさや味が異なることから、用途や好みで塩を選択できるようになったのです。

(3) 塩の役割と効果

料理に塩味を付ける場合、おいしいと感じる範囲は非常に狭く、薄すぎても濃すぎてもまずいと感じられます。この濃度は約1%付近で、血液等の人間の体液濃度に近い値です。

①甘味や旨味を強調する…味の対比効果＝いわゆるかくし味。

②弾力を増強する…グルテン形成の促進。練り製品の弾力保持。

③タンパク質を凝固させる働き…焼き魚の身くずれ防止、熱凝固を促進。

④脱水作用…浸透作用による。漬け物等。

⑤細菌の繁殖抑制効果…浸透作用による細菌の脱水。但し、効果はさほど期待できず、好塩菌も存在する。

⑥フコロフィルの安定化…葉菜類を茹でる際に塩の添加で鮮やかな色に茹で上がる。

⑦褐変を防ぐ…酸化酵素の作用を抑える。りんごの褐変防止。