

葉を常食とする宿根ソバ（シャクチリソバ）とその利用法

演者：松本憲一^{まつもとのりかず}※1・〇都甲研一^{とこうけんいち}※2・森清^{もりきよし}※3・板垣一寿^{いたがきかずとし}※4・

齋藤孝夫^{さいとうたかお}※5

※1大妻女子大学・※2TKプロジェクト・※3札幌長命庵・

※4山岳手打ちそば一寿・※5(社)日本蕎麦協会

【目的】ソバの品種は、普通ソバ(*Fagopyrum esculentum*)、ダツタンソバ(*Fagopyrum tataricum*(L.)Gaertn.)、宿根ソバ(*Fagopyrum cymosum*)に分類される。普通ソバとダツタンソバは、多種多様の製品や料理などに広く利用されている。一方、宿根ソバの実は脱粒しやすく経済的な収量が低いために食用としてほとんど利用されないが、緑色の生葉は野菜ソバとして食用されている。今回は、宿根ソバの生葉、生葉粉末を素材とした試作品や料理などについて検討した。

【方法】試料は、札幌市新琴似地区および新発田市金塚地区で栽培された宿根ソバの生葉やその凍結乾燥品を使用した。宿根ソバ葉のルチン含有量の分析は、常法に従い HPLC で測定した。さらに生葉や凍結乾燥した生葉の粉末を添加した麺類やパン類、菓子類などを試作した。また、和洋中料理への有効利用として、生葉および生葉粉末を利用した料理などを考案し、試作した。

【結果】宿根ソバを HPLC で測定した結果、ルチン含有量は生葉で約 460mg%、生葉粉末は約 3800mg%であった。生葉粉末は、麺類、パン、菓子類への色合い素材として適した。また、和洋中料理に生葉を利用することで、多くの創作料理などを提案できた。

【考察】宿根ソバは、多年草で栽培が比較的容易である。その生葉および生葉粉末は、ルチン（ポリフェノールの一種で抗酸化機能がある）などを多く含む素材として、調理・加工に積極的な利用が期待できる。