

竹と竹の子について



普段、取り扱う竹の子の事について簡単にまとめてみました。



株式会社 駒食品

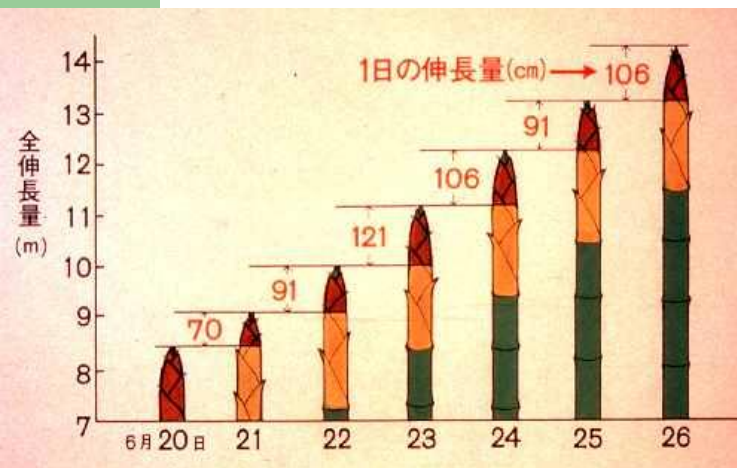
竹の生長 1

- 上田弘一郎博士の研究によると、伸び盛りのタケノコの1日24時間の伸長量は、マダケが121cm、モウソウチクが119cmと発表されています。

また、タケノコの成長はとても元気で、畳を持ち上げたとか、トタン屋根を破ったなどという話もあります。

では、タケノコはどうしてそんなに伸びるのでしょうか？ そのナゾを考えましょう。

左の図は、上田弘一郎先生の調査結果を図化したもので、竹文化振興協会のオートスライドに使われている写真です。



竹の生長 2

図は、アメリカの植物学者マクルーア博士の著書にある図を使い各部分の説明を日本語に訳したものです。

この図で分かるように、タケノコの生長はトップにある「生長点」とそれぞれの節にある「生長帯」という両方の部分で起こります。

これを「ちょうちん」を引き上げる時に例えましょう。

ローソクに火をつけ、「ちょうちん」を引き上げるという行為は、「ちょうちん」の蛇腹の部分を引き伸ばすという行為です。

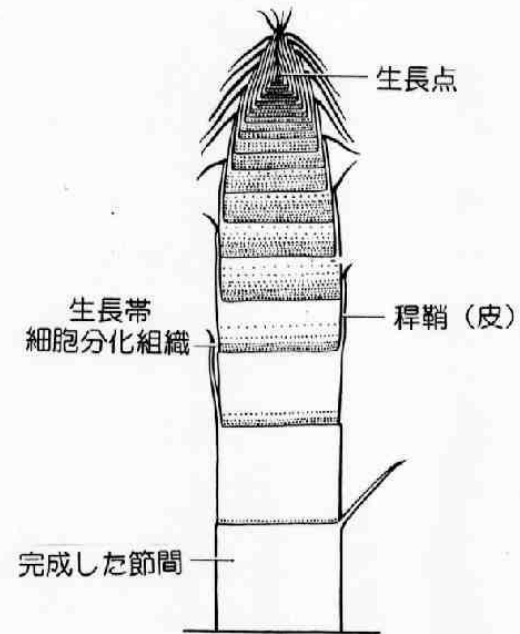
つまり、沢山ある蛇腹の一つ一つが伸びるから引き上がる訳です。

この関係をタケノコの生長に当てはめると、各節にある生長帯は蛇腹に相当し、それぞれの節にある生長帯で一斉に生長が起こると、そのトータル量がタケノコの伸長量となります。

仮に、20個の節部でそれぞれ3cm伸びたとすると、トータルでは60cmの伸長量となります。

このように考えると理解しやすいでしょう。

なお、特殊な成長促進物質が作用しているのではないかという研究もありましたが、定かではありません。



竹の花とは、一体どんな花？

竹類はイネの仲間ですから、発芽してから長い年月、地下茎によって繁殖を続けますが、ある一定の時期に達すると、花を咲かせ、種子をまかれて一生を終えます。

ところで、一般のイネ科植物は毎年、春に発芽し、夏頃に花が咲き、秋に実をつけて一生を終えるのですが、竹類は花を咲かせるまでの期間が大変長く、その期間を「開花周期」と言われています。

この開花周期は種類によって異なり、またこれまでに開花が確認されていない種類があるなど、まさに神秘的な状況にあります。

ちなみに、日本の竹の開花周期については、つぎのような記録があります。

竹 種	開花周期(年)	備 考
モウソウチク	67年	横浜市、京都大学など
モウソウチク	67年	東京大学、京都大学など
マダケ	120年	昭和40年代に全国的で記録



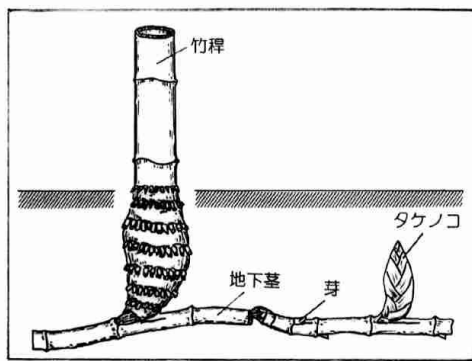
モウソウチクの花



ナリヒラダケの花

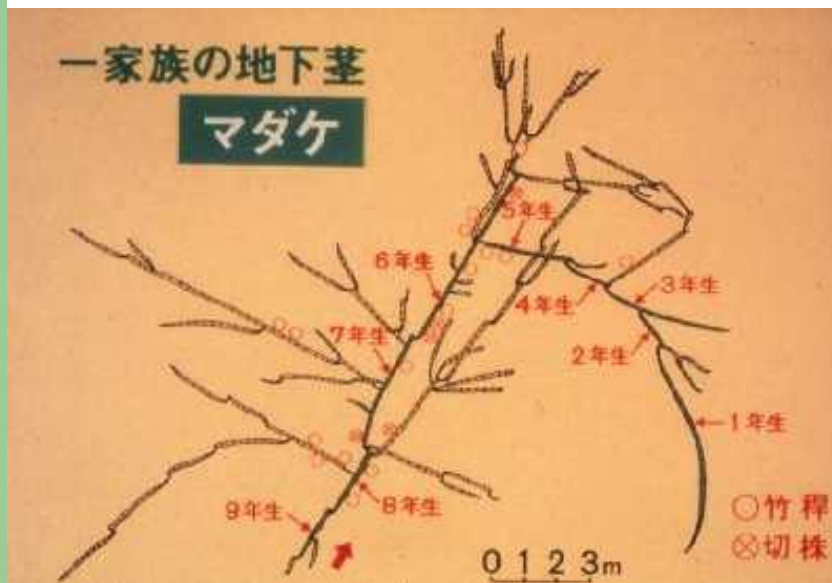


ホウライチクの花



図と写真のように、このタイプは地下茎が地中を這うように伸び、繁殖します。その地下茎には節があり、その節部には「芽」があります。その芽は、温度や水などの一定の条件が満たされた時期になると、タケノコとなって伸長し始め、そして竹(竹稈)になります。芽が出る時期は竹の収穫する前年の夏です。前年の夏に暑さと程よい雨で今年の終了は決まります。ですから、今年が豊作かどうかは随分前から判断できるわけです。

土の中は？



竹林の地中には地下茎が無数に広がっていて、これを地下茎のネットワークとでも言えます。

その地下茎の掘り上げてみると、意外にも、地下茎はいくつかの一つながり、あるいは家族を形成していることが分かります。

左の図は、マダケ林の中から掘り上げた一連、あるいは一家族の地下茎の広がりです。

一番古い地下茎は9年生で、ほぼ腐りかけた状態になっています。

その後、毎年新しい地下茎の伸ばし、この例では、一家族の延長は120mにも達しています。

この一連の地下茎には16本の竹が付いており、また切り株が4株ありました。

つまり、竹林の地中にはこのような家族の地下茎が何組も存在し、1㎡の中に延べ8m以上もあることが分かっています。

白く柔らかい竹の子を生産するための注意点



竹の子は毎年上に上がるので自ずと根の位置が高くなります、毎年土中深くから上がるようにする為に竹やぶに、藁とか草を敷きその上に新しい土を入れて(5cm程度)深くから上がる状態を維持する必要があります。

竹やぶは1年間竹の子を間引かなければ翌年竹が混みすぎて竹の子が殆ど取れなくなります。右の写真が生産用の竹やぶですご覧の通り1間に1本の割で親竹を残すようにします。その親竹も出来るだけ土中深くから上がった竹だけを残すようにします。その方が白く柔らかい竹の子が取れるわけです。

竹の子生産用の竹藪



竹の子の上がり方



1. 竹の子は前年の夏から子(芽)を付けており、春に地中の温度が上がりだすと、まず上根から上がりだします。最初に小さい竹の子が多く取れるのは、寒い間に成長できずにいたものが出て来るためです。同じように中根、底根と順番に上がります。根の混んでいない柔らかい土で成長する竹が白子と言われる肌の白い柔らかい竹の子です。



2. 竹の子は竹の根の節から上がります。豊作の時は子を付けている節が多いわけです。

上根
中根
底根



地
中

竹の根



節



Koma foods

京都山城産竹の子(穂付き)

京都山城産竹の子の特徴

- 1、竹の子は特に鮮度が大切で、掘ってから茹がくまで12時間以内が最低条件です。
- 2、関西圏特に京都・大阪の大消費地に近い為、昔から土を入れて、根の上がりを押さえ、なるべく土中から掘り出すようにしている。
- 3、新しい土を入れることにより、柔らかい所に上がってくるので細身で柔らかく白子の竹の子の上がる率が他産地より多い。
- 4、弊社では掘ってから8時間以内に茹がき、24時間の水さらしをした後、荒皮を剥き氷詰めで小売店にお届けしております。(24時間の水さらしは、土臭を抜くためです)又茹でたてなので根になる元の方のいぼが黒い場合有ります。缶詰にすると夏を過ぎると白くなります。



原料の仕入れ

- 主要原料仕入先
JAやましろ木津町支店
JAやましろ山城町支店
木津川市山城町 丸寿青果市場
木津川市山城町 城南地方卸売
市場
地元契約農家

- 仕入れの注意点
鮮度の良い、根切り部分が
白く瑞々しい物を仕入れる。
特に宵堀りは絶対に仕入れ
ない。



主仕入れ



入荷風景と1次ボイルの注意点



- 競り落とされた竹の子は、直ちに工場へ運び8時間以内に500kg入る釜で沸騰1時間ボイルする。

ボイル後荒皮を付けたまま24時間水さらしする、その間4ー5回水替えをして灰汁を取る



選別と箱詰め

24時間水さらして、ある程度灰汁を抜いたものを手作業で竹べらを使い穂先を残し製品に仕上げる。

成型後12時間水さらして翌朝は箱詰めして、pH値が下がらないように氷詰めにする。

*注意

店着時に必ず水替えと、氷を入れて頂きますように



弊社独自の後処理



環境に配慮して、竹の子の荒皮を産業廃棄物にせず水田に堆肥として使用しております。

料理写真をいくつか入れておりますが、弊社の竹の子は掘って、茹がいて、灰汁抜きして届くまで時間が短いので、早いうちはよく水洗いして刺身でお召上がりになれます。



竹の子料理の一例



①竹の子の刺身

材料:茹がいた竹の子100g(穂付き)刺身若布少々、青しそ2枚
パセリ少々、ケン、赤とさか

作り方:竹の子を薄く切って、昆布出汁で軽く下味け、冷水直ぐに冷やし好みの盛り付けで、山葵醤油か酢味噌でどうぞ



②若竹と烏賊のサラダ

材料:茹でた竹の子100g、烏賊1杯、若布少々、レタス2-3枚

作り方:竹の子、烏賊は細切りにしてそれぞれ茹でておき若布も細かく切っておく。ボールにマヨネーズ3、白ワイン1、塩、胡椒を入れ用意しておいたものを和えレタスをあしらって盛



③竹の子スープ

材料:茹でた竹の子100g、豚肉50g、木耳少々、葱1本、スープ4カップ、塩・胡椒少々

作り方:竹の子は薄切りにし、木耳は切りおき。鍋にスープを煮立て豚肉をいれ切りおいたものを加え塩、胡椒、酒で調味し葱を散らして出来上がり



茹でたて竹の子の販売上の注意点



生産工程

入荷→荒皮の付いたまま茹でる(沸騰1時間)→水さらし約12時間(灰汁抜き)→皮むき・成型→水さらし約12時間(灰汁抜き)→箱詰め氷を入れて出荷

水さらしの間に2回水替えをします

弊社では添加物(pH調整剤)は使用せず時間で自然にpHを下げるようにしており、缶詰にするときは気温にもよりますが5日くらい掛けてpH4.3まで下げます。缶に入れた殺菌(沸騰1時間)するとpH4.8位に戻ります。

穂付き竹の子を販売するに当たりpHを提げない為に店着時、朝晩の水替えと氷を入れる事をお願いしております。甘皮を付けている為温度が上がると一気にpHが下がることもあります。



竹の子(水煮)の成分



エネルギー 20kcal 水分 93.4g たんぱく質 2.6g 脂質0.1g

炭水化物（糖質 3.2g 繊維 0.5g） 灰分 0.2g

無機質（カルシウム24mg リン31 mg 鉄0.2 mg ナトリウム3 mg カリウム85 mg マグネシウム2 mg
亜鉛240μグラム 銅36μグラム）

ビタミン（B1 0.01 mg B2 0.04 mg ナイアシン 0.1 mg C 0.1 mg）

食物繊維（水溶性0.4g 不溶性2.4g）総量 2.8g

（可食部100g当たり）

竹の子の特徴 竹の子の旬



■竹の子の特徴

- 春の味覚を代表する食材です。
- 成長が早く、10日(旬内)で竹になるといわれるところから「筍」の字があてられました。
- 独特の旨みがあり、日本料理、中国料理で広く使われています。

■竹の子の旬

- 旬は4～5月です。生のたけのこは旬の明確な食材で、特に季節感を大事にする日本料理では春の味覚として喜ばれます。
- 孟宗竹(もうそうちく)は3月中旬～5月頃まで、淡竹(はちく)がそれに続き、真竹(まだけ)や根曲がり竹(ねまがりだけ)が5～6月頃に出まわります。
- 旬となる地域は、いわゆる「たけのこ前線」となって、南の地方から北上していきます。

■竹の子の種類1

●たけのこの種類は、約70種類程ありますが、一般的な食用のたけのこは、孟宗竹(もうそうちく)の若芽のことをいいます

●孟宗竹(もうそうちく)

皮に茶色のビロードのような毛が生えているのが特徴で、最も味が良く、たけのこの代表格です。九州・四国から東北南部まで採れますが、土地により品質に差が生じ、味の良さで定評があるのは京都産のものです。大型で肉厚、実は白く柔らかで、えぐみも少なく、甘味を含んだ独特のうまみと、歯ごたえがあります。吸い物や和え物、煮物、揚げ物などに利用されます。



■竹の子の種類2

●淡竹(はちく)

5月頃、九州や関西地方から出回ってきます。耐寒性もあり、北は北海道南部まで栽培されています。原産は中国です。皮の色は赤紫色、茎は淡い緑色で白い粉をふきます。肉質が薄く、味はえぐみが少ない淡白な味です。



■竹の子の種類3

●真竹(まだけ)

関西、特に京都に多い種です。中国原産とされますが、日本に野生のものが自生していたとも言われています。皮は毛が無く、黒い斑点があり、民芸品や包装用に用いられます。肉質はやや硬めで、あくが強く、苦味もありますが、味は良いです。



■竹の子の加工品

● シナチク

中国南部や台湾で栽培される麻竹(まちく)のたけのこを蒸し、塩漬けにして乳酸発酵させ、天日乾燥したものです。乾物、水煮にしたものや味つけしたものなどが売られています。製品として出まわるものは、台湾や中国からの輸入ものがほとんどです。

● 水煮

たけのこは時間が立つとアクが強くなりえぐみが増すため、大産地ではほとんどを掘ってすぐに水煮加工します。年中入手でき、調理も楽なので、便利です。

■竹の子の調理法1

●まず、ゆがきましょう

昔から「たけのこを掘りはじめたら、お湯をわかしておけ」と言われるほど、手早く下ゆですることが大事です。下ゆですることにより、あくが抜けて、新鮮さを保つことができます。たけのこを買ってきたら、すぐに下の手順で下ゆでしてください。

●たけのこの下ゆでの手順

- 1.皮付きのまま穂先の部分を斜めに切り落とし、さらに切り口から皮の部分を縦半分に1本の切れ目を入れます。
- 2.たっぷりの水にぬか2カップと赤唐辛子2〜3本を入れて強火にかけ、沸とうしたら落としふたをして、弱火で1時間以上ゆでます。
- 3.根元に竹ぐしがすっと通るようになったら火を止め、ゆで汁の中でそのまま冷まします。
- 4.さめたらよく水洗いし、切り目から皮を開くようにして皮をむきます。

■竹の子の調理法2

●下ゆでの注意点

茹でたあと、すぐ水にあげると、たけのこにひびが入ったり、身が縮んでしまうことがあります。

●ゆでるときにぬかを入れるのはなぜ？

たけのこのえぐみの成分は、ぬかに含まれるカルシウムと結合して中和されるからです。カルシウムの多いわかめとの炊き合わせが良いのもこのためです。

●たけのこを煮るコツ

たけのこを煮ものにするときのポイントは、一気に味付けしないことです。一気に味付けしてしまうと、煮汁ばかりが甘くて、肝心のたけのこは味気なくなってしまうです。砂糖やみりんなどの甘い調味料は先に加え、しばらく煮こんで甘味が十分しみこんだあとに、しょう油や塩などを加えるようにします。

●竹の子の部分別の使用法

●部分別の使用法

- たけのこは部分により硬さが違います。用途による使い分けをおすすめします。
- 先端のやわらかい部分(姫皮といいます)は酢の物やあえ物に、穂先は椀種や炊き込み御飯などにするとおいしいです。
- 中央部は、煮物、炒め物、揚げ物に適しています。輪切りにして調理できます。
- 上部はやわらかく、椀種、サラダ、あえ物、ご飯に使えます。
- 根元は繊維が多く硬いですが、薄切りやおろして揚げたり炒めたりするとおいしいです。
- ● 地面に顔を出さないうちに掘って、なおかつ、掘りたて(掘ってから1時間以内)のものは、さっとゆがくか生のままで薄切りにし、刺身風に食べることができます。かすかな甘味がありおいしいです。一年に一度のぜいたくという人もいるほどです。

■竹の子の保存法

- 生のままおいておくと固くなり、えぐみが増します。保存する場合は必ず、下ゆでをしてあく抜きをしてください。
- あく抜き後、水に浸して密封容器に入れ、冷蔵庫で保存します。時々水を入れ替えれば、10日ぐらい持ちます。
- 水煮を買ってきたときは、水を張った容器に移し替えて冷蔵庫で保存します。賞味期限内に食べきってください。
- 食物繊維が多いので、冷凍保存には向きません。解凍するとベタベタになり、食感も風味もかなり落ちてしまいます。

■竹の子の栄養・効能1

- 栄養成分は、たんぱく質が豊富で、ビタミンB1、B2、ミネラルを含みます。
- 食物繊維が豊富なため、便秘や大腸がんなどの予防に効果的だとされています。
- うまみ成分はグルタミン酸やチロシン、アスパラギン酸などのアミノ酸によるものです。ゆでたけのこの白い粒々はチロシンで人体に害はありません。
- えぐみのもととはホモゲンチジン酸や蓚酸(しゅうさん)で、堀り出してから時間が立つごとに増加します。
- たけのこは精が強い食物ですが、食べ過ぎが原因で吹き出ものやアレルギーに似た症状を起こすことがあります。これはコリンやノイリンという物質が原因だそうです。

■竹の子の栄養・効能2

- 大腸がんの予防や便秘の改善
- 豊富な食物繊維は、便秘の予防・改善だけでなく、大腸がんの予防やコレステロールの吸収を抑え、体外に排出してくれるという効果があります。
- 高血圧予防
- わずかながらもカリウムが含まれていますので、体内のナトリウムを排出する効果があります。高血圧の予防になります。
- ダイエット食
- 食物繊維が多く、便秘の予防や解消、コレステロールの排出にも効果があり、しかも低カロリーで、ダイエット食として適しています。
- 疲労回復
- うまみ成分の一つであるアスパラギン酸は、グリーンアスパラガスなどにも含まれる成分で、疲労回復に効果があります。

■竹の子の民間療法

- 麻疹(はしか)のときに
- 昔から、発疹が内攻しておもてに出てこないときに、たけのこの煮汁を飲ませると1～2回で発疹が出て、麻疹(はしか)が治るといわれています。

■竹の子の歴史・由来

- たけのこの記述は「古事記」にも見られ、日本でも古くから食べられていたようです。ただし、現在手に入るたけのこはほとんど中国が原産地で、当時はまだ日本に入ってきておらず、そのころ食用としていたのは、日本に古来から自生する真竹(まだけ)ではなかったかと言われています。
- 孟宗竹(もうそうちく)は、1736年、薩摩藩主島津吉貴によって琉球経由で入った株が植えられたのが最初で、以後各地に広まりました。

■竹の子の豆知識

- 孟宗竹(もうそうちく)という名のいわれ
- 中国二十四孝の一人である孟宗が、病気の母の欲しがる筍を探して雪の中を歩き回り、とうとう掘り当てて、孟宗の母は元気を取り戻した、という故事に由来します。
- 日本に竹30種類(含む観賞用)
 - 1、孟宗竹
 - 2、キッコウチク
 - 3、キンメイ孟宗
 - 4、真竹
 - 5、キンメイチク
 - 6、シボチク
 - 7、淡竹(ハチク)
 - 8、黒竹
 - 9、ウンモンチク、
 - 10、ホテイチク
 - 11、桂竹
 - 12、ホウライチク
 - 13、鳳凰竹
 - 14、スホウチク
 - 15、ナリヒラダケ
 - 16、トウチク
 - 17、スズコナリヒラ
 - 18、オカメザサ
 - 19、シホウチク
 - 20、メダケ
 - 21、オロシマチク
 - 22、カムロザサ
 - 23、チゴザサ
 - 24、ヒメシノ
 - 25、ヤダケ
 - 26、ラッキョウヤダケ
 - 27、ミヤコザサ
 - 28、クマザサ
 - 29、カンチク
 - 30、シロシマインヨウ