

ハムの日

8月6日は「ハムの日」です。言うまでもなく「ハ(8)ム(6)」の語呂合わせから、日本ハム・ソーセージ工業協同組合によって制定されました。

「ハム」は、もともとは豚のモモ肉を意味する言葉で、本来は豚モモ肉のかたまりを塩漬けし、燻製にした加工食品のことをいいます。実際には、ロースハム、ショルダーハムなどのように、モモ肉以外の部位から作られたものもハムと呼ばれています。

ハムの他にも、さまざまな肉や魚などの食品を燻製にすることによってその保存性を高めることは、大昔から行われてきました。

燻製にする際は、まずその食品を塩漬けにします。すると食品の細胞の外側の塩分濃度が高くなるため、それを薄めて同じ濃度にしようとする力が働いて、内側の水分が染み出てきます。その結果、細胞内の微生物は水分が足りなくなって繁殖しにくくなるのです。また塩そのものにも殺菌効果があります。

次に、水にさらして、食べられる濃度まで塩分を抜くと同時に、塩漬けの際に水分とともに外に出てきた微生物を洗い流します。そして再びよく乾かして水分を抜いてから、ナラ、カシ、サクラなど、香りのよい木屑を焚いた煙で燻します。この煙に含まれるフェノール系化合物等には殺菌効果があるほか、食品の表面に膜をつくって、外部から微生物が侵入するのを防いでくれるのです。

また燻製加工は保存性を高めるだけでなく、独特の香味をもたらします。保存技術が発達した現在では、燻製加工の目的はおもに香味づけの方にあるようです。

ハムには、使用される肉の部位、加工方法等によって、いろいろな種類があります。それぞれの味を食べ比べてみるのも、楽しいのではないのでしょうか。

(平成 18 年 8 月)

イメージ図

