

海苔の日

海苔の歴史はたいへん古く、海苔が登場する最古の文献では、飛鳥時代につくられた大宝律令に、年貢の対象となる海藻の一つとして海苔が指定されています。当時の海苔は生海苔で、庶民にはなかなか手の届かない貴重な食べ物だったようです。江戸時代になると、紙漉きの技術を応用して板状の海苔がつくられるようになり、また海苔の養殖も始められました。その後、1949年にイギリスの海藻学者キャサリン・メアリー・ドリュューによって海苔のライフサイクルが解明されて、海苔の養殖技術が飛躍的に進歩し、現在のような安定生産が可能となりました。そして1967年、海苔の養殖業者等で組織する全国海苔貝類漁業協同組合連合会は、大宝律令が施行された大宝2年の1月1日を西暦に換算すると702年2月6日となることから、毎年2月6日を海苔の日と決めました。

さて、黒っぽく見える海苔の色は、クロロフィル（緑色）、フィコエリスリン（紅色）、カロテノイド（黄色）、フィコシアニン（青色）などの色素が混ざり合ったものです。



板海苔が湿気ると、湿気に弱いクロロフィルが分解され、湿気に強いフィコエリスリンの色が残って、海苔は赤褐色に見えるようになります。

また板海苔を焼くと、熱に弱いフィコエリスリンが分解され、熱に強いクロロフィルやカロテノイドの色が残るため、海苔は緑色に見えるようになります。焼くことにより変化するのは見た目だけではなく、風味もよくなります。海苔には、グルタミン酸（昆布などに含まれている旨味成分）、イノシン酸（かつお節に含まれている旨味成分）などが含まれています。これらの成分は海苔の細胞膜の内側にありますが、海苔を焼くことによって細胞膜が熱で壊れて、口に入れたときに旨味成分が外に溶け出してくるようになります。

最近では市販されている海苔の多くが焼き海苔ですが、食べる前にもう一度オープンなどで軽くあぶると、海苔の風味をさらにおいしく味わうことができます。ただし一度湿気てしまった海苔は焼きなおしても風味が戻らないため、開封後は乾燥した状態で密封して保存し、早めに使い切るとよいでしょう。

（平成19年2月）