

# “にがり入り”の塩は、おいしい！？

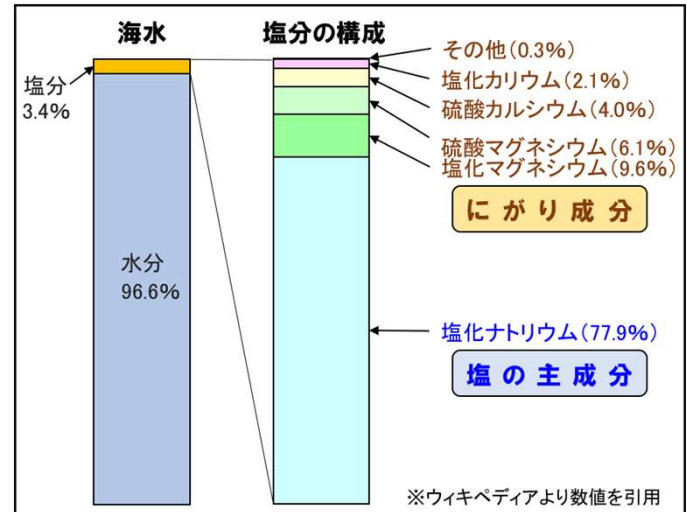
真相にせまる！ 塩ミステリー 第1話

2023年11月 浜松塩業株式会社

「にがり入りの塩がおいしい」と良く言われますが、本当にそうでしょうか？「胡椒をふりかけたラーメンが美味しい」といった場合、明らかに人によって好みがあるのでYESとNOが分かれると思われます。はたして、塩にとっての「にがり」は、ラーメンにとっての香辛料みたいな存在なのでしょうか？ここでは、「にがり」について、皆さんと一緒に検討してみましょう。ここでいくつかのヒントを提供しますが、おそらく完璧な答えはありません！？塩は想像以上に奥深いのです！あなた自身でこのミステリーの真実を解き明かしてみましょう！！

## ■「にがり」は苦い！？

「塩」の原料となる海水には、広い意味で3.4%の塩分が含まれており、残りの96.6%が水分です。単純に考えると、煮詰めるなどの方法で水分を飛ばせば「塩」ができると思うでしょう。しかし、実際はそう簡単ではありません。誰もが海水浴などで海の水を飲んだことがあると思いますが、「苦くてまずい」と思ったのではないのでしょうか？そうなんです。



塩の主成分は「塩化ナトリウム」ですが、その他の成分は、広い意味で、「にがり」と呼ばれており、そのまま食べても全く美味しくないのです。「にがり」は、漢字で「苦汁」と表記しますが、これはその苦さゆえのものです。

「にがり」の内、最も含有量の多いものは「①塩化マグネシウム」で、そのままでは大変苦く、摂取しすぎると下痢をすることも言われています。しかし、豆乳から豆腐にするための凝固剤として使えるほか、ご飯を炊く際に少し加えると美味しくなったり、白菜漬を作る際に少し加えることでパリッと感が出たりと、さまざまな役立つ活用方法があります。また、特定の料理に少量使用すると、スパイスのように味にちょっとした深みを加えることができると言われていますし、凝固剤として使われる豆腐においても、豆腐のおいしさの要素となっている可能性があります。しかし、いずれの用途においても、少量の使用となります。一方では、少量でも「にがり」が入ることで、「独特のくせのため、素材の風味を生かした「味」を作ることが出来ない。」と言うシェフの方もいらっしゃいます。ヨーロッパでは、一般的に岩塩や天日塩をよく使用しますが、これらは基本的に塩化ナトリウム純度がかなり高いもの(98% or それ以上のものが多い)を使っており、現地料理では、「にがり」をあまり生かしていないと考えられます。

2番目に多い「②硫酸マグネシウム」は、「①塩化マグネシウム」と比較して、苦みは弱いと言っていますが、やはり少し苦い成分となります。摂取しすぎると下痢になる性質があり、便秘改善に利用されることもあります。欧米では、別名エプソムソルトと呼ばれ、入浴剤として使用されており、身体の芯から温める効果があると言われています。本当かどうかは疑問？ですが、クレオパトラが使用したとも言われています。