



＝か き（柿）＝

persimmon（英）

カキノキ科・カキノキ属

“日本の秋を彩る代表的なくだもの”

もっとも“秋らしいフルーツ”といえは柿。古くから栽培されてきた果実で、“KAKI”として世界にも通用します。柿にはたくさんの品種があることをご存じですか。

【歴史】

現在の柿の祖先は、太古の昔より存在していました。日本でも縄文、弥生時代の遺跡から柿の種が出土しています。ただし、当時の柿は今のような大粒ではなく、もっと小型の実をつけていたと考えられています。

現在我々が食している柿の原木は、1300年程前に中国から伝来したと考えられています。奈良時代には栽培が奨励され、日本中で幅広く作られるようになったようです。16世紀頃には日本の柿がポルトガル人によってヨーロッパに渡りました。また、アメリカに渡ったのは、19世紀中ごろの幕末、ペリー艦隊に乗っていた植物学者が持ち帰ったのが最初です。その後、日本の柿はフランスやスペイン、イタリアなど地中海を中心に広まっていき、現在世界で食べられている柿の大元になりました。その後無数の交配を繰り返して、明治時代になって、その中でも最も優れた品種が認識されるようになります。新潟の八珍（平核無）、岐阜の水柿（富有）、静岡の次郎などが明らかにされたのもこの頃で、果樹園としての本格的な栽培が行われたのは昭和初期になってからのようです。

史書の最初の記事としては、「新選姓氏録」があります。この中に、“歌人・柿本人麻呂は家に柿の木があったことからこの姓を名乗った”という記述があります。また、柿の学名は[ディオスピーロス・カキ]（ラテン語）で、「神から与えられた食べ物」という意味を持っており、古来ヨーロッパでも珍重されていたことを示しています。

【甘柿と渋柿】

柿は甘柿（富有柿が代表）と渋柿（平核無柿が代表）に大別されます。渋みの正体は“タンニン”という成分です。このタンニンの含有量によって甘柿と渋柿にわかれます。

今月の旬の一品

渋柿の場合、タンニンが舌の上で溶けて渋く感じさせます。“脱渋”という処理をすると、アセトアルデヒドという成分の働きによってタンニンが液体に溶けなくなり、食べても渋みを感じなくなります。

渋みが甘みに変化して「渋柿」→「甘柿」となるかのように誤解されがちですが、そうではありません。糖質の量はほとんど変わらず、タンニンもそのまま。ただ、渋みを感じなくなるだけなのです。

【脱渋】

渋みを抜くことを“さわす”といたり、難しく“脱渋（だつじゅう）”といたりします。“さわし柿”というのは「渋柿の渋を抜いて甘くしてある柿」ということ。

家庭で手軽に渋みを抜くには、焼酎を霧吹きで吹きかけ、2日ほど置いておくとよいでしょう。

生産地で行われる脱渋処理はアルコールを使った方法、炭酸ガスを使った方法の2つが主流です。アルコールによる方法は、エタノールを与えることにより果実内の酵素をアセトアルデヒドに分解するというものです。炭酸ガスによる方法は、柿の内部でアセトアルデヒドを作り出すというものです。

現在は、ほとんどが炭酸ガスを使った方法で「完全脱渋ができ、アルコール法のようなばらつきがなくなった」とされています。

【主な品種】

柿は甘柿が400以上、渋柿が700以上、合計1100種類以上あるといわれています。もう少し細かく分けると、次の4パターンに区分けすることができます。

- ①完全甘柿・・・木で果実が堅いうちに渋が抜ける。
- ②不完全甘柿・・・種がない間は渋く、種が少ない時は部分的に渋が残る。
- ③不完全渋柿・・・同上。ただし渋抜けの程度は不完全甘柿よりも低い。
- ④完全渋柿・・・果実が完熟しても脱渋しない。

《甘柿》

♪♪ 富有柿（ふゆうがき）

岐阜県本巣郡の原産の甘柿を代表する品種。福岡・岐阜・奈良県が生産の中心。冷蔵貯蔵技術の進歩から、今では10月から翌年4月頃まで長期にわたって出回っています。

明治の頃は（居倉御所）の名で呼ばれていましたが、古典『礼設』中にある言葉「富有四海之内」を引用して「富有」と命名しました。この柿を作って農家に富が有るようにとの願いが込められています。

今月の旬の一品

♪♪. 筆柿（ふでがき）

形が文字通り筆先に似ているのが印象的。愛知県幸田町周辺の特産。小ぶりながら甘くコリコリとした食感で人気があります。

♪♪. 松本早生（まつもとわせ）

京都府綾部市の松本氏の富有園で、1本が早熟であったことで発見されました。昭和27年に登録された品種です。形質は富有柿とほとんど変わりませんが富有柿よりちょっと小さめで果実が扁平気味。富有柿より2週間ほど早く出荷できます

♪♪. 西村早生（にしむらわせ）

不完全甘柿で、種が少ないと渋みが残ることがあります。9月中旬～10月上旬にかけて熟する早生品種です。滋賀県大津市の西村弥蔵氏の生垣で発見された偶発実生で、西村氏の名をとって名づけられました。

《渋柿》

♪♪. 平核無柿（ひらたねなし）

字の通り、平たく四角い形で、核が無い柿という意味です。

原産は新潟県新津市で、山形県では庄内柿、新潟県では八珍、佐渡島ではおけさ柿など、産地によって特有の呼称があります。柿全体の中では富有柿に次いで生産量が多く、和歌山県、山形県、新潟県が主力生産地です。

♪♪. 刀根早生（とねわせい）

奈良県天理市の刀根淑民氏によって発見された、平核無より2週間程度早い9月中旬～10月中旬にかけて出回る品種。平均的に平核無よりやや大きめ。渋が少なく脱渋しやすく、早生種のわりには日持ちも良好です。和歌山県、奈良県、新潟県が主力。

♪♪. 紋平柿（もんぺいがき）

石川県特産。非常に大型でまん丸。果頂部はとがっていて厚みがあります。弾力のあるソフトな歯ざわりが持ち味。

石川県高松町に、家号が「紋平さ」と呼ばれる家があり、その家の庭にかつて樹齢100年をはるかに超える柿の木があり、その呼び名にちなんで「紋平柿」といわれるようになりました。

【選び方】

色が濃く、艶とハリがあるものを選びましょう。ヘタが青く、イキイキしているものを選びましょう。

【保存方法】

鮮度を効果的に保持するには、水分の蒸散を極力抑えるために、ポリエチレン袋に入れ冷蔵庫に保存すると良いでしょう。また、シーズン後期になると渋のあるものが多くなり、産地では脱渋処理をする場合があるので、その場合、保存期間は短縮されます。お早めにお召し上がりください。

【食べ方】

皮をむきそのまま食べるのが一番です。もし、少し渋みを感じる時は、暖かいところに二日くらい置いておくと自然に渋みが取れます。

また、柿はマヨネーズとの相性が良いので、サラダに混ぜるのも一般的。柿をさいの目切りにし、レタスやキャベツ等と共にマヨネーズやフレンチドレッシングをあえます。他にも、皮をむいた柿をくし形に切り、小麦粉を卵と水で合わせた衣につけて、天ぷらにするのもおすすめ。薬味には、もみじおろしが美味です。

【切り方】

ヘタの周りを少し大きめに切り取って縦切りにします。柿は花落ち部分が一番甘く、ヘタ近くが甘みが薄いので、縦切りにすると甘さが均等になります。また、柿の表面に4本の溝がある種類（次郎柿など）は、その溝にそって切り目を入れれば、種を切る事はありません。あるいは、ヘタのくぼみの部分から包丁を入れて4つに切る方法もあります。

【栄養価】

ビタミンCがたっぷりと含まれており、1個食べると1日に必要なビタミンCをほぼ満たすことができます。また、ブドウ糖や果糖、ビタミンB1、B2、カロテンなどの栄養素やミネラルなども含まれ、栄養的にとても充実した果物といえます。利尿・二日酔い・高血圧など成人病予防にも効用が高く、しみ・そばかす・美肌保持にも効果があります。

甘柿の栄養成分表（生の場合）可食部 100g 当

エネルギー	水分	炭水化物	鉄	リン
60.0kcal	83.1g	15.9g	0.2mg	14mg
カロテン	カリウム	カルシウム	葉酸	食物繊維
420 μ g	170mg	9mg	18 μ g	1.6g

資料：「五訂日本食品標準成分表」