



からしは何から作られているの

食用のほか、薬用にも利用されたからし

からしは、ずっと昔から人々に知られていました。それは食用としてばかりではなく、ぬり薬などの薬用としても利用されていたのです。どこでも簡単に作れ、利用できるのも、ふだんの料理に使われていました。からしには、強い殺菌作用と、くさりにくくする効果があることが知られていました。日本へは、中国をへて入ってきましたが、最初は薬用として使われ、江戸時代になってから、薬味として使われるようになりました。

からしの作り方

クログラシやカラシナなど、カラシナ類の種子をかわかしたものを、からしといいます。種子を細かくくだき、圧縮し、脂肪油（からし油）を取り去ったあと、粉にし、製品にします。

からしの種類

<和がらし> 種を適当に太陽にあててかわかし、そのあと、粉末にします。和がらしには苦味があるので、あくぬきをしてから使います。最近の商品は、すでに油分を取り除き粉状にしてあるので、お湯で練って、練ったあと器をふせ、しばらく置いてから使うようにします。

<洋がらし> まず、種にふくまれている油脂の半分の量を油ぬきし、そのあと、粉末にします。この粉末を、水で練って使います。

おうちの食卓に出ている練りがらしは、からし粉に水、酒、す、塩、砂糖などを加えて練り合わせたものです。（監修・青木 国夫）

