



市販の片栗粉と葛粉

「くず湯」は、昔から病人や子どもの栄養食として利用されてきた。「片栗粉」の説明書きを見ると、くず湯の作り方が出ている。はてな...?

馬鈴薯なのに片栗粉? 先般、「片栗粉」を買ってきた。原材料名を見ると「馬鈴薯でん粉」、用途を見ると「くず湯」などである。本来「片栗粉」はカタクリのでん粉、「葛粉」はクズのでん粉のはず。「馬鈴薯でん粉」が何故「片栗粉」なのか、またそれで作ったものが何故「くず湯」なのか、不思議だ。

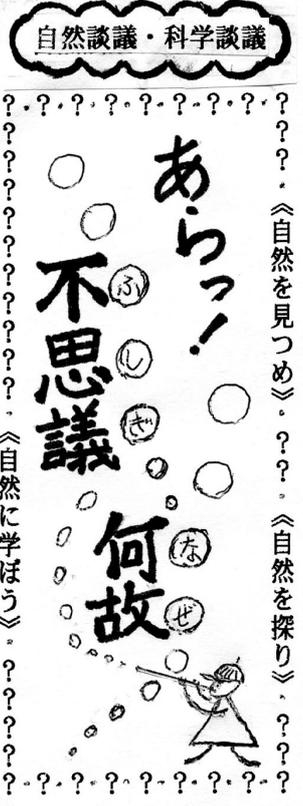
だが最近では、「片栗粉」「葛粉」に劣らないし、北海道辺りで大量に栽培できるのが強みだ。そこで肩代わりだが、厳密に調べると多少違う。でん粉粒子の大き

「くず湯」は、昔から病人や子どもの栄養食として利用されてきた。「片栗粉」の説明書きを見ると、くず湯の作り方が出ている。はてな...?

カタクリはユリ科の多年草で、昔から山野に群生していた。そのりん茎から取った良質なでん粉が「片栗粉」だ。一方、クズの根からも良質なでん粉が取れた。「葛粉」だ。クズも山野にたくさん自生していた。

馬鈴薯が肩代わり

この良質なでん粉は栄養価が高く病人食に良いことを先人は見抜いた。



NO. 5 (通算5)

絵・文・題字 渋谷 一夫



さも形も違う。また含まれている他の成分や量も多少違う。でも、でん粉としての効用は大差がないようだ。

では、馬鈴薯から「でん粉」を取ってみよう。



(1) 材料と道具



(左)は市販品、(右)は筆者が作った馬鈴薯でん粉

揉み上げる。すると、でん粉が布巾を通り絞られる。20分位続ける。布巾の中の又ルがなくなってくる。終了。布巾の中には繊維質が残る。

そこに、またきれいな水を入れてかき回す。しばらくすると、でん粉は沈む。上澄み液を静かに捨てると、底に白いでん粉が残る。



繊維質



【馬鈴薯でん粉の作り方】

