

東奥日報

2022年(令和4年)9月28日(水曜日) (16)



本田 洋之 八工大工学科生命環境科学コース講師

十和田市の一部の家庭では、大豆の発酵食品「ごど」が作られている。「ごど」とは、簡単に言えば大豆から納豆を作り、米麴と塩を混ぜ熟成させたものである。最近ではテレビやSNSで取り上げられたこともあり、ご存じの人も増えていると思う。

〈6〉十和田の「ごど」



十和田市の家庭で作られている「ごど」

“常識外れ”の発酵食品

「ごど」と同じだが水分が少なく、納豆の味わいが強い。このように類似の食べ物があり、「ごど」は納豆に近い「なめ味噌」という位置づけの食べ物と考えられる。

十和田で現在「ごど」を作っている人に話を聞いて、正しい作り方という

「ごど」と同じだが、作り方が人によって違い、味も少し違う。例えば、米麴を手でほぐしてから使う人、米麴を水でふやかしてから使う人、米麴を発酵させて甘酒にしてから使う人に分かれている。正しい作り方という

「ごど」には、ロイコノスト

※月1回掲載します。

※「この画像は当該ページに限って東奥日報社が利用を許諾したものです」