



さくらと食べ物のうまい関係 ～食生活を楽しむ味覚の科学～

秋田栄養短期大学

東口 みづか

1. 「さくら」とは

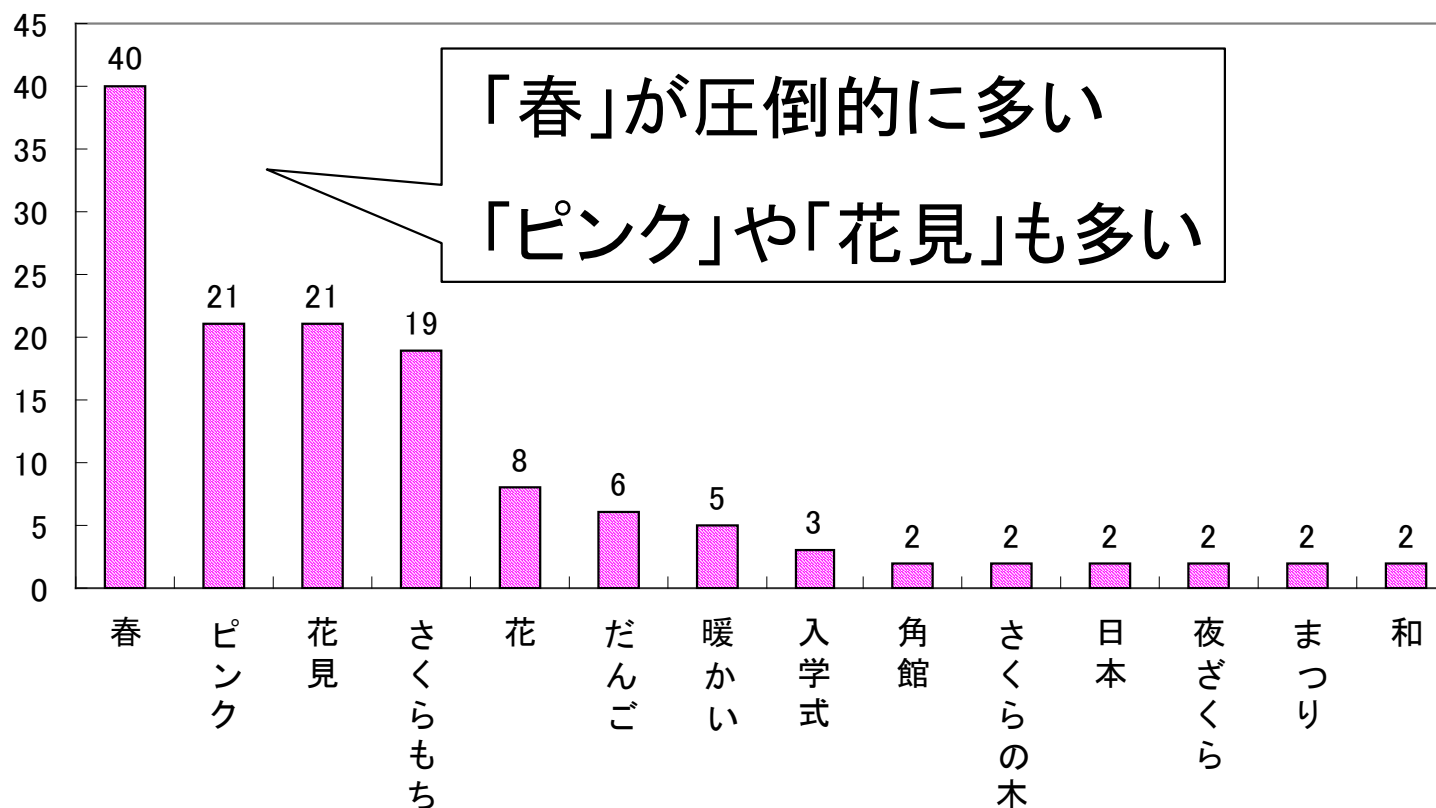


バラ科スモモ属(サクラ属)。
日本にはヤマザクラ、オオシマザクラなど9種類の天然種と、それらを交配・改良してできた人工種約300種がある。
花の塩漬けにはヤエザクラが、葉の塩漬けにはオオシマザクラが多く使われる。
さくら独特の香りの成分、クマリンを有する。

2. 「さくら」のイメージ調査

本学科1年生82名にアンケート調査を実施した。

「さくら」と聞いて何をイメージしますか？

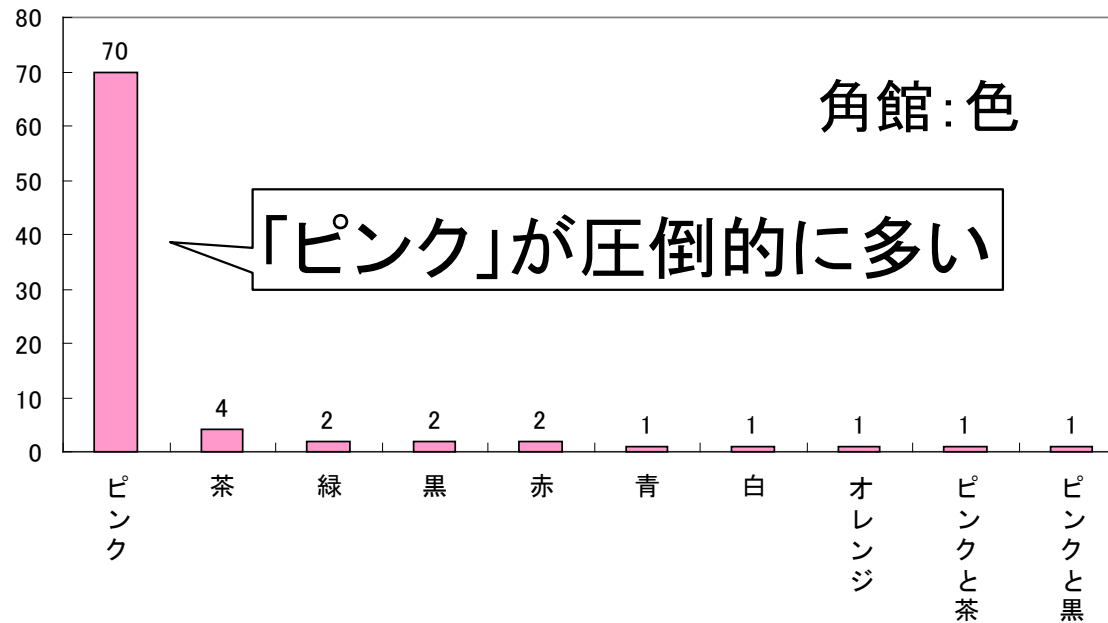
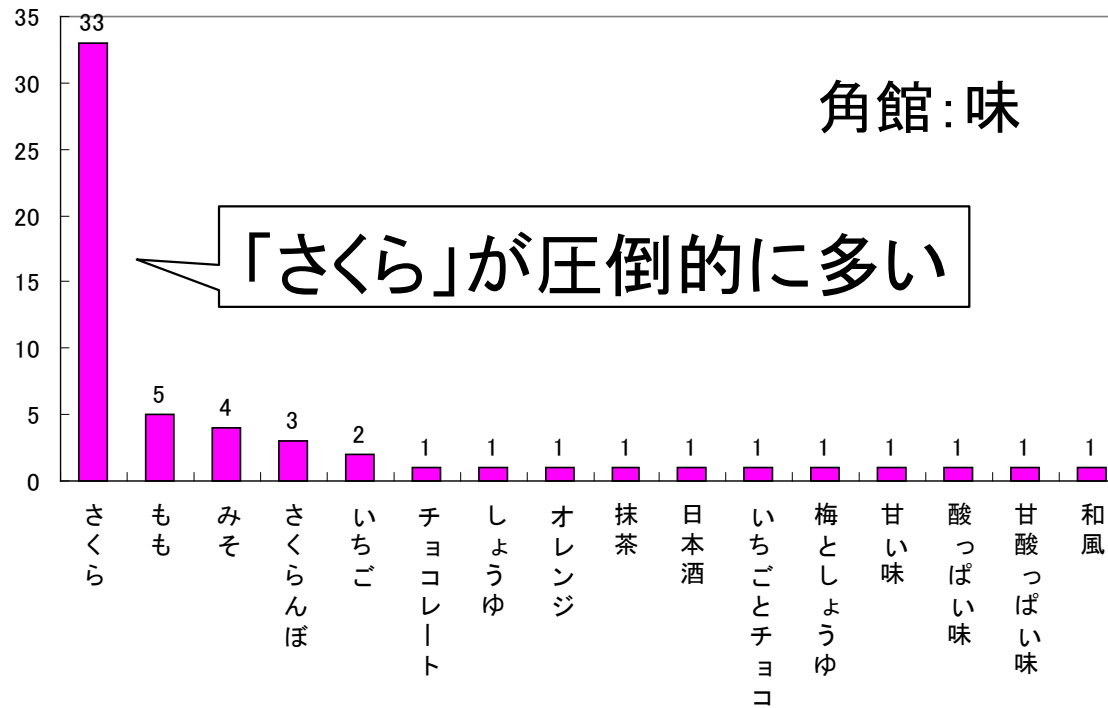


2. 「さくら」のイメージ調査

本学科2年生52名にアンケート調査を実施した。

「角館」をイメージしたゼリーを製品化する場合
味や色はどのようなものにしますか？

2. 「さくら」のイメージ調査



2. 「さくら」のイメージ調査

<まとめ>

- 「さくら」は「春」「ピンク」といったイメージが強い。
- 地名には固定したイメージがあり、「角館」は「さくら」を連想させる。

3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査

本学科1年生82名にアンケート調査を実施した。

次の料理・食品で知っているものは何ですか？

<料理>

さくら飯

さくら煮

さくら漬け

さくらみそ

さくらでんぶ

さくら餅

さくら湯(茶)

<食品>

さくらだい

さくらます

さくらえび

さくら肉

3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査

<さくら飯>

- ・ しょうゆ味のごはんで具の入らないものをいう。
- ・ たこの足を混ぜて炊いたご飯も色が着くのでさくら飯という。



3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



<さくら煮>

- ・ たこの足をぶつ切り、或いは薄い輪切りにして酒、しょうゆで煮たもの。
- ・ 色や形がさくらの花びらに似ているのでこの名がある。

3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



<さくら漬>

- ・ 薄切りの大根を梅漬けのしそでほんのりさくら色に染めた漬物。
- ・ さくらの花を塩漬けにしたものもさくら漬けという。

3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査

<さくらみそ>

- ・ 麦と大豆を合わせて作った麴に、塩、塩漬けして刻んだうり、なす、しょうがなどを混ぜ、醸造させてみそにし、水あめ、はちみつなどを大量に加えたもの。



3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



<さくらでんぶ>

- ・ 白身魚の身をほぐしてしょうゆ、みりん、砂糖などで調味し、水分がなくなるまで炒りつけ、食紅で薄く色をつけたもの。
- ・ 魚にはかれい、たら、たい、えびなどが用いられる。

3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



<さくら餅>

- ・ 塩漬けにしたさくらの葉で巻いた和菓子。
- ・ 関東では小麦粉を水で溶いで薄く焼いたもの、関西ではもち米や道明寺粉(もち米を蒸して乾燥させて砕いたもの)を蒸したもので、あんを包む。

3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



<さくら湯(茶)>

- ・ 塩漬けのさくらの花に熱湯を注いだもの。
- ・ 結婚式などのとき、縁起物として茶の代わりに用いられる。

3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



<さくらだい>

英名 : cherry bass

- ・ 練り製品の原料以外に、鮮魚として用いられることは少ない。
- ・ あさひだいの市販名として用いられることが多い。
- ・ 春季のまだいの意味にも使う。

3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



<さくらます>

英名 : cherry salmon

仏名 : saumon de Japon

- ・ 漁獲量が少なく、小売店に現れることは稀である。
- ・ 北日本では、からふとますをさすことが多い。
- ・ 富山のますずしが有名¹⁶



3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



<さくらえび>

英名 : sakura shrimp

仏名 : crevette sakura

- ・ 半透明で淡紅色の小型のえび。
- ・ 静岡県駿河湾で多くとれる。
- ・ 春が旬で、多くは干したり釜揚げに加工される。

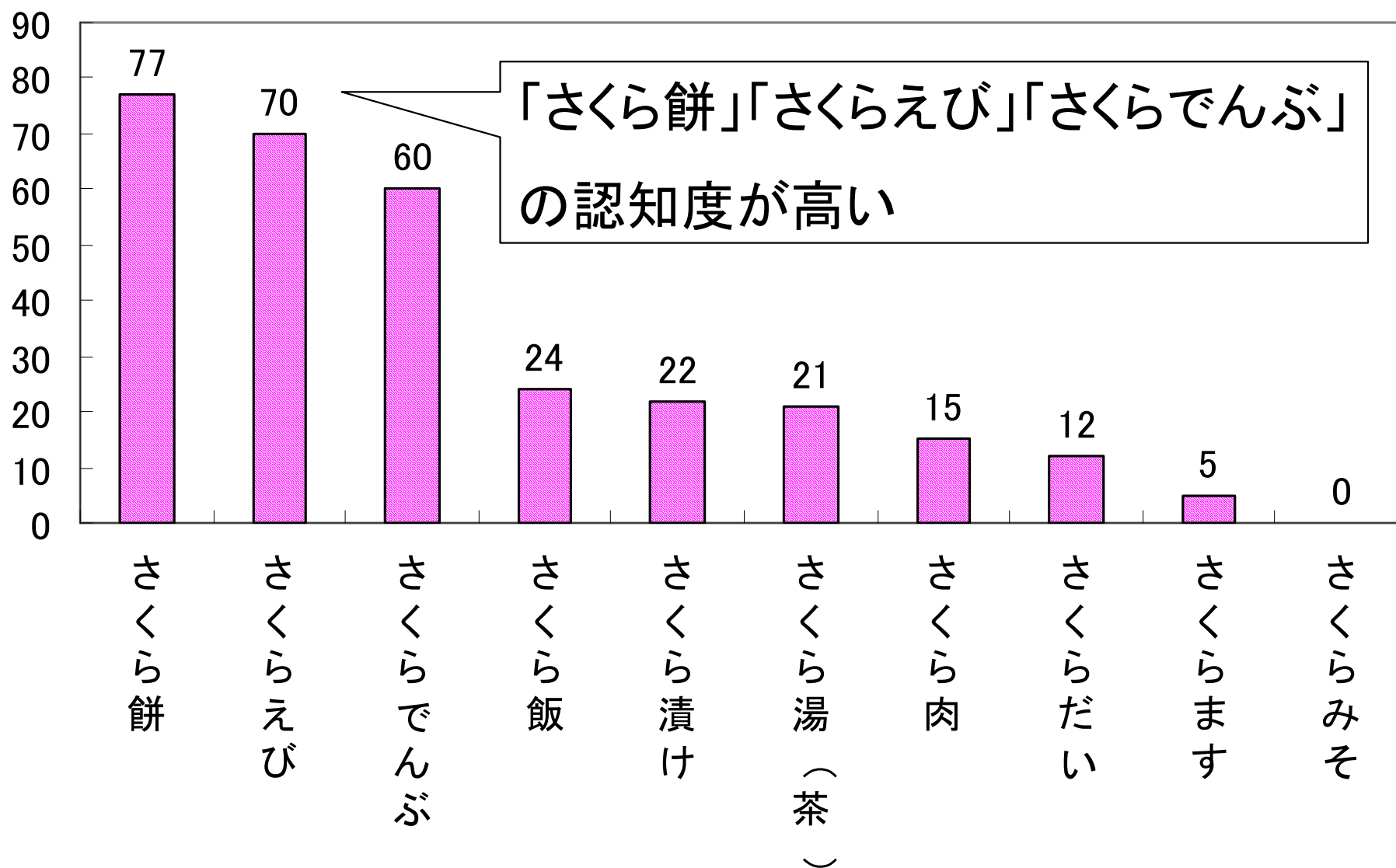
3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



<さくら肉>

- ・ 見かけは牛肉と差がないが、脂肪にリノレン酸を多く含む。
- ・ グリコーゲンが多いので甘味がある。
- ・ 味にくせがあるので、すき焼き風の濃い味つけが合う(さくら鍋)。

3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査



3. 「さくら」が名前に付く料理・食品の認知度調査

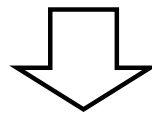
<まとめ>

- 「さくら」が名前につく料理・食品は、春が旬のものや、色がピンク(或いは茶色や赤)のものが多い。
- 認知度はさくら餅が最も高く、さくらみそが最も低い。

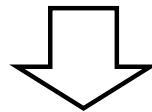
4. 「さくら」を料理名に入れる要因

例えば「さくらクッキー」のように、料理名に「さくら」という言葉を入れるのはなぜか？

2009年5月～2010年4月の1年間に「クックパッド」
(国内最大の料理サイト)に掲載された、「さくら」が
名前に付く料理を検索

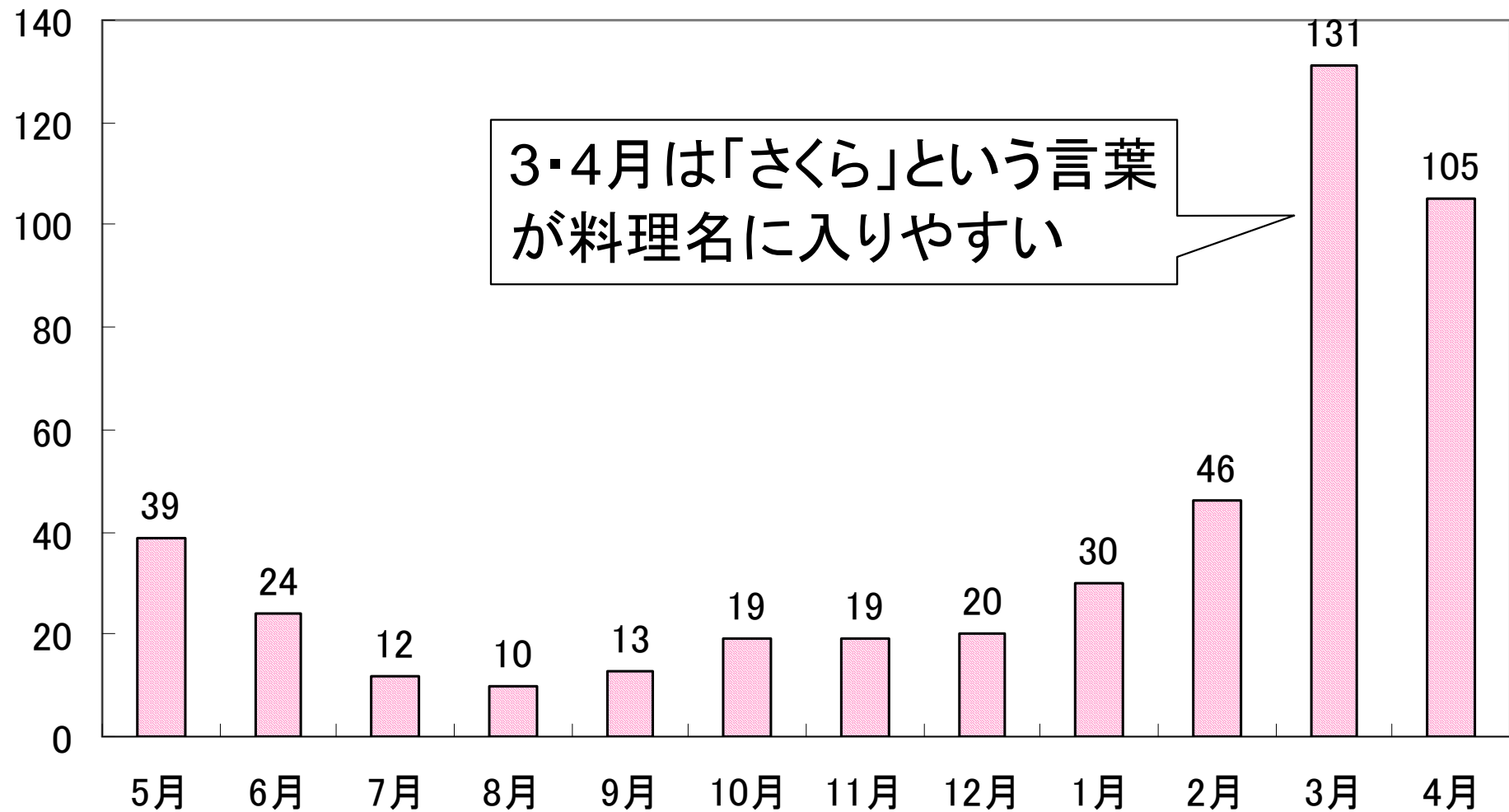


月毎に料理の出現頻度を集計



料理毎に「さくら」を料理名に入れた要因であると考えられる材料を抽出

4. 「さくら」を料理名に入れる要因



「さくら」が名前に入っている料理の月別掲載数

4. 「さくら」を料理名に入れる要因

ご飯・めんでは「さくらえび」が、パン・菓子では「さくら塩漬け」が入っている場合に「さくら」を名前に入れることが多い

	さくら塩漬け	さくらえび	さくらあん	食紅	さくらリキュール	しょうゆ	さくらでんぶ	うめ	さくら型抜き	魚肉ソーセージ
ごはん・めん	34	95				22	2	4		2
パン・菓子	136	3	73	53	29		4		4	1
煮物	2	12						1		
焼き物		3		1			1			
炒め物		24								
揚げ物		18		1						
蒸し物	3	3								
和え物	39	27						1		
汁物	2	4								1
飲み物	7				3					
合計	223	189	73	55	32	22	7	6	4	4

その他: 明太子、紅しょうが、乳酸飲料(いちご味)、いちごジャム、馬肉、鯛、さくら餅など

4. 「さくら」を料理名に入れる要因

<まとめ>

- 春が近づくにつれ、名前に「さくら」が入った料理が増える。
- 「さくらの味がする」、「さくらが名前に入っている食材を使っている」、「ピンク色（或いは茶色や赤）である」、「さくらの形をしている」場合に、さくらを料理名に入れる可能性が高い。

5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

本学科東口ゼミ所属の2年生12名に官能評価を実施した。

Aのお弁当を基準とした場合、B～Eのお弁当の「春らしさ」はどのあたりにありますか？

Aの寒天を基準とした場合、B～Dの寒天の「春らしさ」はどのあたりにありますか？



5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

＜お弁当＞

A: 普通のお弁当

B: 「さくらの花」を添えたお弁当

C: 「春が旬の素材」をたくさん使ったお弁当

D: 「さくら麩」で飾ったお弁当

E: 「さくらの塩漬け」をご飯にのせたお弁当

＜寒天＞

A: 普通の寒天

B: 「ピンク色の器」に盛り「さくらの花」を添えた寒天

C: 「ピンク色でさくらの形」の寒天

D: 「さくらの塩漬け」が入った寒天

5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

＜A: 普通のお弁当＞



- ごはん
- 鶏肉の照焼き
- かにかま入り卵焼き
- こんにゃくの土佐煮
- きゅうりの酢みそがけ
- 漬け物

5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

＜B:「さくらの花」を添えたお弁当＞



- ごはん
 - 鶏肉の照焼き
 - かにかま入り卵焼き
 - こんにゃくの土佐煮
 - きゅうりの酢みそがけ
 - 漬け物
- さくらの花を添える

5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

＜C:「春が旬の素材」をたくさん使ったお弁当＞



- 豆ごはん
- さわらの照焼き
- 桜えび入り卵焼き
- たけのこの土佐煮
- うどの酢みそがけ
- 漬け物

5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

＜D:「さくら麩」で飾ったお弁当＞



- ごはん
- 鶏肉の照焼き
- かにかま入り卵焼き
- こんにやくの土佐煮
- きゅうりの酢みそがけ
- さくら麩の含め煮
- 漬け物

5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

＜E:「さくらの塩漬け」をご飯にのせたお弁当＞



- さくらごはん
- 鶏肉の照焼き
- かにかま入り卵焼き
- こんにゃくの土佐煮
- きゅうりの酢みそがけ
- 漬け物

5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

＜A: 普通の寒天＞

砂糖に水を加えて固める



5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

<B:「ピンク色の器」に盛り「さくらの花」を添えた寒天>

砂糖に水を加えて固めピンク色の器に盛り、さくらの花を添える



5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

<C:「ピンク色でさくらの形」の寒天>

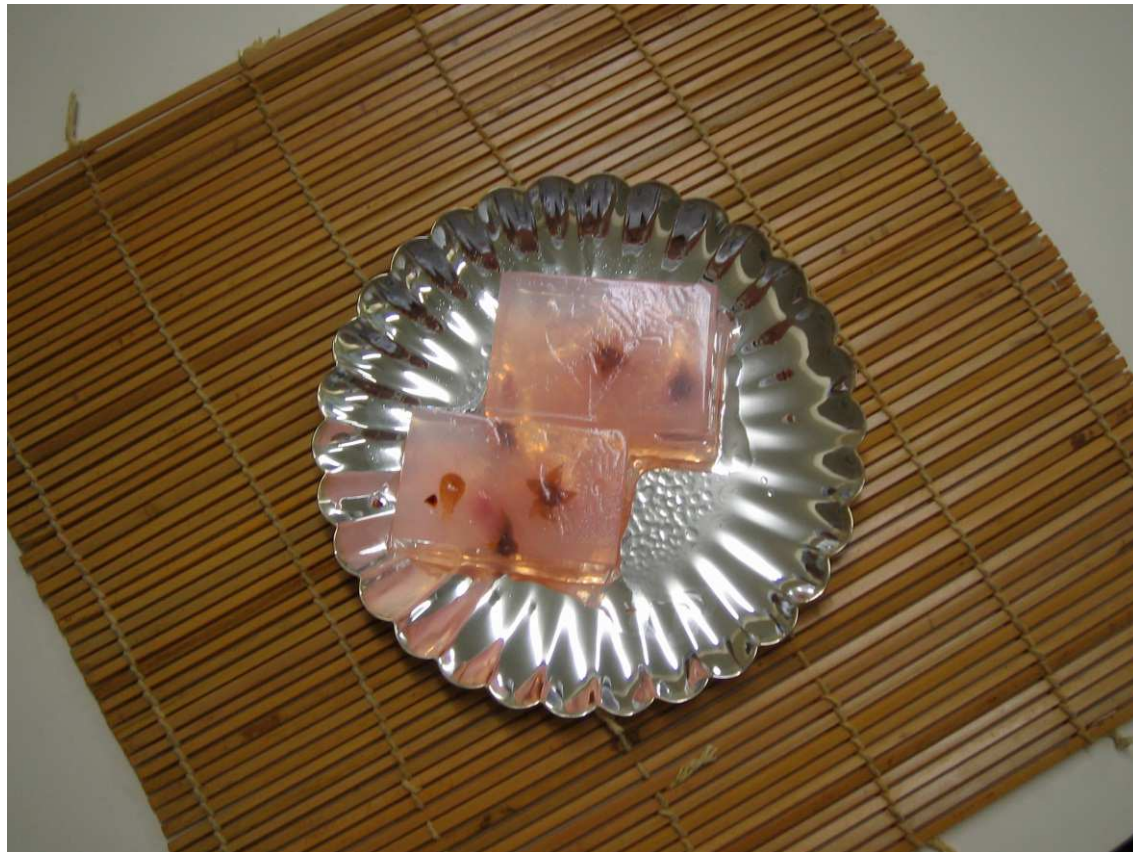
砂糖に水を加え食紅でピンク色にして固め、さくらの型で抜く



5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

<D:「さくらの塩漬け」が入った寒天>

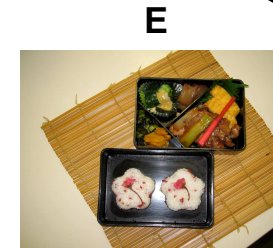
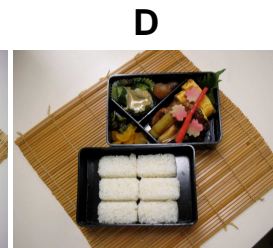
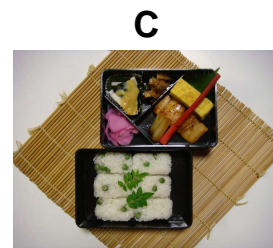
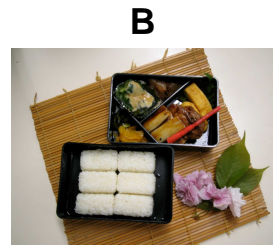
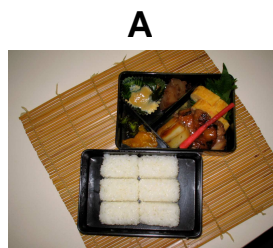
砂糖に水とさくらの塩漬けを加えて固める



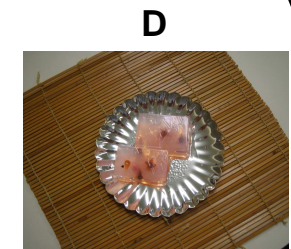
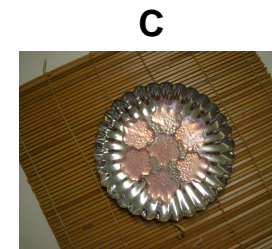
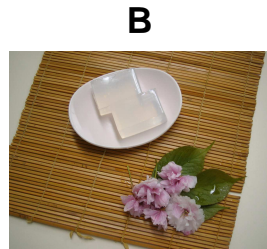
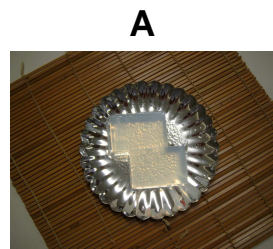
5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

「さくらの塩漬け」を使った料理は「春らしさ」の度合いが高い

お弁当



寒天



5. 「さくら」が料理に「春らしさ」を与える度合

<まとめ>

- 「さくらの花を添える」、「ピンク色にする」、「さくらの形にする」、「さくらの塩漬けを使用する」ことにより、春らしさはアップする。
- 「さくらの塩漬けを使用する」ことが最も効果的である。
- 「さくらの塩漬けを使用する」ことにより、春が旬の食材を使用するよりも、春らしさをアップさせることができる。

6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」

4月下旬に秋田市の販売店で、春限定発売の「さくら」菓子33品を購入し、本学科東口ゼミ所属の2年生12名に官能評価を実施した。

「おいしさ」と「さくららしさ」は何点ですか？

おいしさ: -3	とてもおいしくない	さくららしさ: -3	とても感じない
-2	おいしくない	-2	感じない
-1	ややおいしくない	-1	やや感じない
0	普通	0	普通
1	ややおいしい	1	やや感じる
2	おいしい	2	感じる
3	とてもおいしい	3	とても感じる

「さくららしさ」を何から感じましたか？

色 形 味 におい 商品名 包装

6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」



6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」



6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」



6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」



6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」

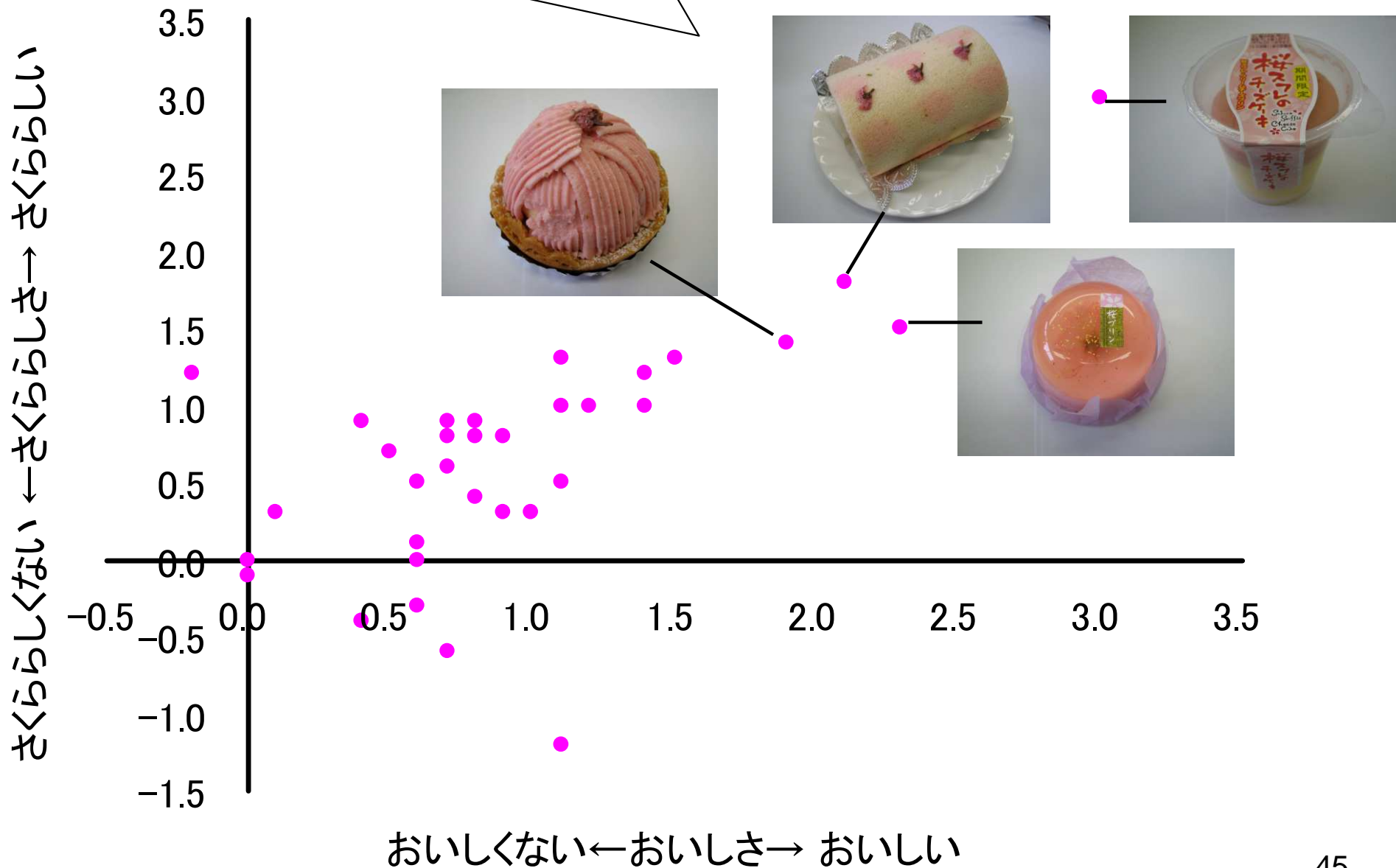


6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」



6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」

「おいしさ」「さくららしさ」の評価が高いお菓子



6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」

最も「おいしさ」「さくららしさ」の評価が高かったお菓子



＜桜スフレのチーズケーキ＞
さくららしさの要因

- ・ 桜花エキス
- ・ 着色料

学生の感想

- ・ チーズとさくらっぽさが合っていておいしい
- ・ 上層のさくらの味が強い
- ・ 下層のチーズケーキ部分がおいしい

ピンク色、しっかり「さくら」の味がする

6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」

2番目に「おいしさ」「さくららしさ」の評価が高かったお菓子



＜桜プリン＞

さくららしさの要因

- ・ 桜花
- ・ 着色料

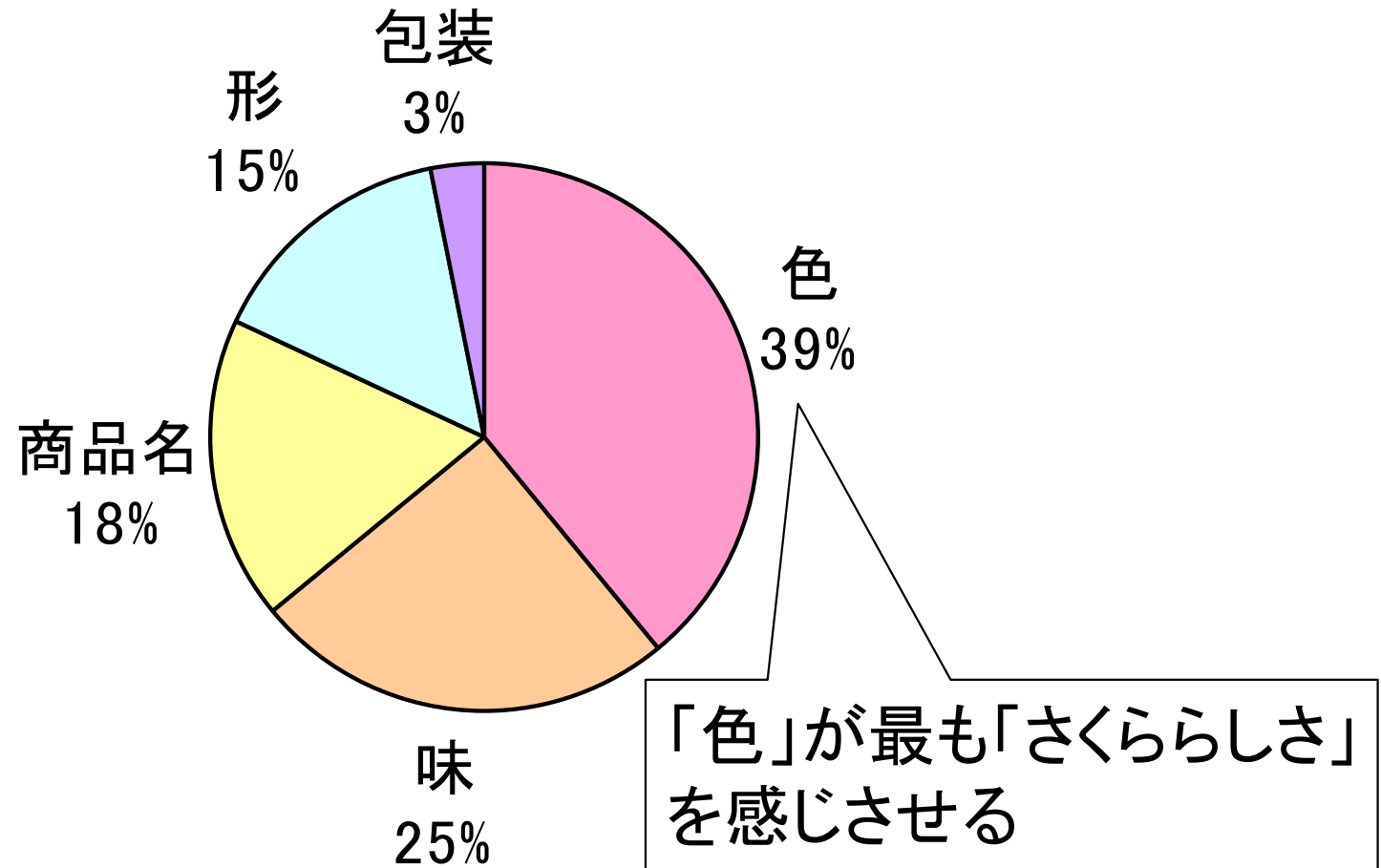
学生の感想

- ・ 見た目がすごくかわいい
- ・ さくらの花と金粉で春らしさを感じる
- ・ 上層のゼリーから花の香りを感じる
- ・ 下層のミルクプリンがおいしい

ピンク色、「さくら」の香りがする

6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」

「さくららしさ」を感じさせる要因とその割合



6. 「さくら」菓子の「おいしさ」と「さくららしさ」

<まとめ>

- ・「さくららしさ」を感じるには、「ピンク色である」ことが必須である。
- ・「さくららしさ」には「味」よりも「色」が強く関与している。

7. 終わりに

「さくら」は「春」のイメージが非常に強く、実際に料理に使用しなくとも、料理名に入れるだけで、「春らしさ」が演出できる。

「春らしさ」を演出する上で、「さくらの塩漬けを使用する」ことが最も効果的である。

「さくら」は「ピンク色」のイメージも強く、料理を「ピンク色」にするだけでも「さくら」を連想させ、ひいては「春らしさ」を演出させることが期待される。

春にはこれらの方法を活用し、食卓を季節感あふれるものにすることをお薦めしたい。

8. オープンキャンパスの様子



9. ゼミナール発表会の様子

