



監修／沖縄県豆腐油揚商工組合  
参考文献／「創立10周年記念誌」沖縄県豆腐油揚商工組合／「沖縄の食文化」仲本玲子・小畑耕行共著／「沖縄の食文化」外間守善  
「沖縄大百科事典」沖縄タイムス社

琉球王国時代から続く沖縄の味

沖縄で豆腐作りが始まった年代は明らかになっていませんが、14世紀以降に中国より伝えられたと考えられています。冊封使・汪楫の記した『使琉球雑録』には、「那覇市や首里の市場で一番多く売られているのは豆腐やさつまいも」という記述も残っており、この頃にはすでに豆腐の製造技術は庶民にも広く伝わっていたと推測されます。

明治時代の沖縄では、豆腐は一般的に家庭で手作りされ、美味しい豆腐を作ることが主婦の自慢のひとつでした。市場ではアンマー(お母さん)達が、頭にのせて売り歩いたり、木箱に入れた豆腐を売る姿が多く見られました。また、豆腐作りには水質が大きく影響すると言われ、那覇市の繁多川や真地には多くの豆腐屋が存在しました。

現在は豆腐屋の数も少なくなりませんが、豆腐を使った加工品の商品を開発するなど沖縄の豆腐の新たな魅力を県内外に発信しています。

【豆腐の歴史と変遷】

- 紀元前 2世紀頃** 中国の劉安という人によって豆腐の作り方が考え出された、と言われているが諸説ある
- 奈良時代(?) 鎌倉時代(?)** 伝来は諸説あるが、平安時代の春日大社の文献に「唐付」という記載があり、中国から直接日本に伝わったと考えられている
- 14世紀以降** 冊封使に随行した料理人達によって沖縄に豆腐の製法が伝わったと考えられている(中国の冊封使・汪楫の記した『使琉球雑録(1684年発行)』の中に豆腐の記述が見られる)
- 琉球王朝時代** 庶民は、豆腐やおからでタンパク質を補っていた
- 明治時代** 庶民は、豆腐やおからでタンパク質を補っていた
- 戦後** 那覇の市場。女性たちのそばにある白く長いものが豆腐(那覇市歴史博物館提供)
- 1965年(昭和40年)** 原材料の安定的な確保や販売流通、価格の改革等を目的に任意団体沖縄豆腐加工業組合が設立される
- 1974年(昭和49年)** 豆腐製造保存基準が一部改正される(あたたかい豆腐販売の特別認可を厚生省より受ける)
- 1978年(昭和53年)** 任意団体が発展解消され、沖縄県豆腐油揚商工組合が設立される
- 1992年(平成4年)** 「パリ国際食品見本市」にて豆腐ようが出品され、高評価を得る
- 1993年(平成5年)** 豆腐の日(10月2日)が制定される

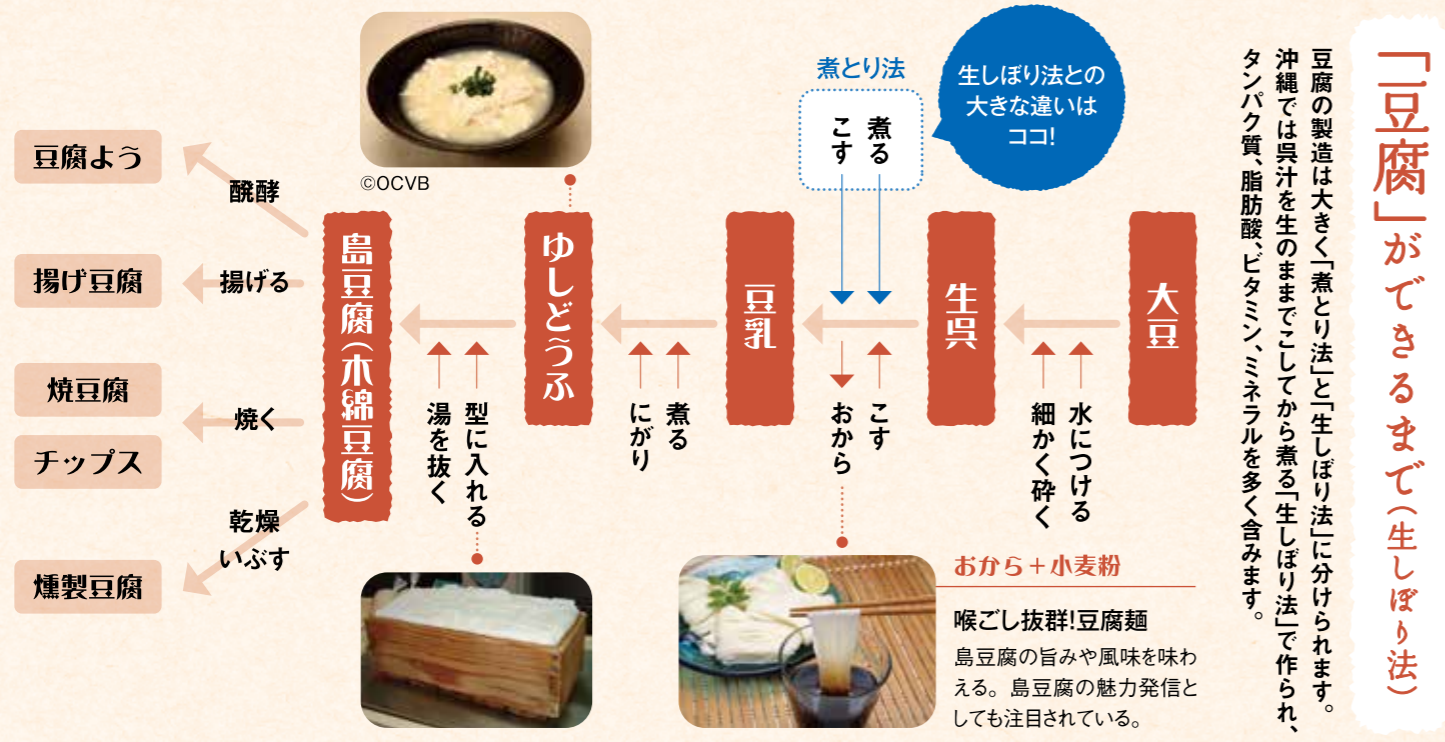


豆腐よう  
豆腐を発酵させて作る「沖縄の珍味」。中国の腐乳の影響を受けて琉球独自の製法で完成されたと言われる

コラム  
アチコーコーはダメ?



本土復帰後、本土で施行されていた様々な法律が沖縄にも導入される中、沖縄の豆腐販売を危機的状況にしたのが「豆腐は冷水で絶えず換水をしながら保存しなければならない」という食品衛生法。任意団体沖縄豆腐加工業組合(当時)、県内の婦人連合、県内国会議員などが厚生省(当時)に掛け合い、約1年半の交渉の末、特例として「アチコーコー」の豆腐販売が許可された。



「豆腐」ができるまで(生しぼり法)

豆腐の製造は大きく「煮とり法」と「生しぼり法」に分けられます。沖縄では呉汁を生そのまま煮てから煮る「生しぼり法」で作られ、タンパク質、脂肪酸、ビタミン、ミネラルを多く含みます。

おから+小麦粉  
喉ごし抜群!豆腐麺  
島豆腐の旨みや風味を味わえる。島豆腐の魅力発信としても注目されている。

いくつ知ってる?  
沖縄の豆腐トリビア



**1 TRIVIA**  
島豆腐が紅型の道具になる?!  
紅型の型彫りのときに下敷きとして欠かせないのが「ルクジュ」。なんと豆腐を乾燥させ、加工したものです。程よい固さと復元力があるため下敷きに最適で、適度に油を含んでいるおかげで刃先が錆びないのです。最近ではゴム版を使う方が多いようですが、今でも自作し、使っている紅型工房もあります。

中国から直接伝わったと言われる沖縄の豆腐。普通の食事からハレの日の御馳走、そして道具としても重宝された「島豆腐」のあれこれをご紹介します。



**2 TRIVIA**  
那覇市と儀の丸い形のウシジャードーフ  
戦前の那覇市と儀ではウシジャー(ウシンジャー)ドーフという丸い形の豆腐が売られていました。豆腐を固める際に、豆腐箱(木箱)を用いず、布で包み上に重い物を乗せるため、まるでチーズのような円形となるのです。豆腐屋の賄食として食べられていた地域もあるようですよ。



**3 TRIVIA**  
豆腐売り復活? 作り手が直接販売する豆腐の移動販売  
出来たての豆腐やゆしどろふなどを販売車に乗せてあの町この町へ。今じわじわ人気を集めているのが豆腐の移動販売です。かつてラッパの音色を響かせていた豆腐の行商を思い出す方もいらっしゃるのでは。玄関先で購入できる、作り手から直接買えるなどの点で好評のようです。

**4 TRIVIA**  
沖縄県がNo.1! ウチナーンチュは豆腐が大好き♡



総務省統計局の家計調査によると、豆腐への支出金額の第一位は那覇市!(平成25~27年平均)これは都道府県庁所在地及び政令指定都市ランキングの結果であり、つまり沖縄県が全国No.1ということになります。昔から県民の胃袋を満たしてきた豆腐。これからも大切に食べ続けたいですね。