

「常緑樹 ラモン」と「食料資源としてのラモンナッツ」について解説。

株式会社モリタ食材開発研究所

1. 常緑樹 ラモン (Ramon Tree) とは

ラモンの木は、クワ科の常緑高木で、主にメキシコ南東部から中米の熱帯地域に自生しています。グアテマラの熱帯雨林に多く見られ、高さは 45 メートルにも達することがあります。

「特徴」

- ・常に緑の葉を茂らせる常緑樹で、乾燥期が長く続いても青々と繁り続けます。これは、岩盤の石灰岩に蓄えられた水分を吸収する能力があるためと考えられています。
- ・この性質が土壌浸食を防ぎ、川岸を強化し、水源を維持する重要な役割を果たします。
- ・落ち葉は土壌を肥やすため、農業投入材を必要とせず、周囲の生態系に貢献します。
- ・木材は非常に密で重く、道具や家具に使われることもありますが、商業的に流通することは稀です。

「古代マヤ文明との関係」

- ・ラモンの木は、古代マヤ文明において重要な食料源でした。
- ・マヤ遺跡の周囲にはラモンの木が多く植えられており、高度な文明を支える食料として計画的に利用されていたことがわかっています。
- ・飢饉の際にも、ラモンの実を食べて生き延びたという話が伝えられており、食料危機への備えとしても機能していました。

2. 食料資源としてのラモンナッツ (Ramon Nut / Maya Nut)

- ・ラモンの木から採れる実は、一般的に「ラモンナッツ」または「マヤナッツ」と呼ばれ、非常に栄養価の高いスーパーフードとして注目されています。

「栄養価」

- ・高タンパク・低脂肪: ナッツと名がついていますが、実際の堅果類(ナッツ類)とは異なり、低脂肪で高タンパクです。
- ・豊富な栄養素: 食物繊維、ミネラル類(カルシウム、カリウム、鉄、亜鉛、マグネシウムなど)、ビタミン類をバランスよく含んでいます。
- ・必須アミノ酸: 人間の生命活動に不可欠な必須アミノ酸全 9 種をすべて含んでいます。特に、アスパラギン酸、アルギニン、グルタミン酸、そして精神安定に不可欠なトリプトファンが豊富です。
- ・グルテン・カフェインフリー: グルテンやカフェインを含まないため、アレルギーや健康志向の方にも適しています。
- ・産後の女性への効果: 産後の女性の母乳の分泌を促す作用があるという研究報告もあります。

「利用方法」

コーヒー風飲料: 乾燥・焙煎して粉にしたものは、ノンカフェインの「マヤナッツコーヒー」として利用されます。お湯を注ぐだけで手軽に飲むことができ、香ばしくまろやかな風味で、モカやカカオのような味わいと言われています。

パウダー: 乾燥・焙煎して粉にしたパウダーは、料理にふりかけたり、混ぜたりすることで栄養価を高め、コクを出すことができます。カレー、シチュー、パスタ、サラダ、ヨーグルトなど、様々な料理に合います。

食用:

- ・茹でるとジャガイモのような味になり、スープやトルティーヤなどに加工して食べられます。
- ・干したものは5年間貯蔵できるため、非常食としても優れています。
- ・生のままでも食べられます。
- ・その他の加工品: チョコレートドリンクやチャイ、グラノーラ、エナジーバーなど、様々な食品に加工されています。

「食糧資源としての可能性」

- ・ラモンナッツは、気候変動に強く、干ばつが続いても実をつけることができるため、食料安全保障の観点から非常に注目されています。
- ・栄養価の高さと貯蔵性の良さから、将来の食糧資源として期待されています。
- ・中米では、ラモンの木を保護・植林することで、地域の雇用創出や栄養改善、熱帯林の保全に繋がるプロジェクトが推進されています。

「注意点」

- ・ラモンナッツは真正のナッツ(堅果類)ではないため、アレルギー成分やアルカロイドは含まれていないとされていますが、日本ではまだ検証が進んでいないため、ナッツアレルギーの方は注意が必要です。
- ・以上の記事は、AI Gemini の協力を得て作成されました。

モリタ食材開発研究所は、古くて新しい食料資源であるラモン果実「マヤラモン」、「カポモ」:いずれも登録商標)の普及を通じて、地域社会と食品業界の発展に貢献することを目指しています。

食品業界の研究開発提案企業としての強みを活かし、私たちはマヤラモンを新たな食料資源・健康素材、機能性素材原料として評価し、その活用を推進します。

将来的には、中南米以外の地域においても常緑樹ラモンが栽培・定着化し、食料資源としての価値が高まるとともに、地球環境資源としてもその存在が拡大することを願っています。

株式会社モリタ食材開発研究所 守田悦雄 守田勝雄 玉田麗奈

このページでは、モリタ食材開発研究所に関する**主な生成 AI(Gemini)の回答情報**を、当社のウェブサイトの書式に合わせて掲載しております。

生成 AI が生成する情報は、**その性質上、内容の正確性や完全性を当社が保証するものではありません**。
あくまで参考情報**としてご覧いただき、当社の理解を深めていただくための一助としてご活用ください。

[Web サイトのトップページへ](#)

[関連のラモン AI Gemini 参考情報へ](#)