

日本食は調味料文化

Seasonings & Their Role in Japanese Food Culture

熊倉功夫 (国立民族学博物館教授)
マーチン・コルカット (プリンストン大学教授)



味を調える材料とは

今日は、こういう素晴らしい会にお招きいただきまして、大変光栄に存じます。また年来の友人であるコルカット先生に解説をしていただきますので、私の話の足りないところを補っていただけたと思います。

まず最初に私のこのタイトルですが、英語の「seasoning」(シーズニング)と日本の「調味料」というのは、必ずしも同じ意味ではないと思います。日本で「調味料」といった場合には塩や酢のほかには砂糖、みりんなどもありますが、その中で特に重要なのが醤油と味噌です。ハーブ、胡椒といったものは調味料とはちよ

を英語だと思っている若い人がいます。

味噌と醤油の歴史

味噌の原型が中国から入ってきたのは古代、多分七世紀ごろだと思われ、すでに日本ではそのころ「醬」という名前で呼んで、調味料として使われていました。醬の塩はソルトの塩ですから、塩辛いもので、塩を使った発酵した調味料、という意味でした。

中世になると、十四世紀以降、味噌の料理が発達してまいります。恐らく中国から大量に入ってきたさまざまな文化の中に、中国のお寺で精進料理の豆腐などを使ったスタイルが入ってきて、その中に味噌が大変重要な意味を持っていたのだと思います。当然宗教的なタブーがありますので、魚肉類は使いません。すべて豆、麦、種子、海藻でつくりますので、味噌の発達が僧堂を中心に広がっていきま

す。例えば、今でも田楽という料理があります。豆腐に味噌を塗って焼いた料理です。当時はやっていた田楽法師というダンサーの姿に似ているというので、「田楽」という言葉ができます。

一方、味噌は調味料としてだけではなく、中に野菜を入れたりして、食品としての味噌、つまり舐めて酒を飲むとか、御飯につけて食べるという、舐め味噌というものも発達してきます。つまり十六世紀までは日本の調味料の中心は味噌であったということです。

方法が中世の終わりくらいに出てきますが、その一つは、味噌の中に籠を入れて、その中にしみ出てきた「セソンス」を溜めて使う「たまり」というものがあります。同じように「たれ味噌」といって、味噌を水に溶いて緩くしたものを袋に入れて吊るしておきますと、そこからドロップしてくる汁を使う「つゆ」になります。日本のお料理は刺身をすく思い浮かべますが、刺身を醤油で食べるという事は江戸時代以後のことです。江戸時代までの刺身の食べ方は、刺身を別のつけ汁を使って食べました。そのつけ汁で一番代表的なのは、煎り酒というものです。煎り酒のつくり方は、たまり、酒、梅干し、鯉節を加えて、三分の一くらいに煮詰めたものです。そういうものが刺身のつけ汁だったのです。

最初に日本の文献に「醤油」という言葉が出てくるのは一五九七年です。醤油のつくり方は、プロセスは違つとしても比較的味噌に似ています。ただ絞る技術と、絞っても得られる液体分が少ないことから貴重品でありまして、そういう意味では高価でした。また大量のものを一度に絞らないと効率が悪く、なかなか個人的にはできないといった問題がありました。したが、それを解決することが江戸時代になって初めて可能になったのです。

ようやく江戸時代になって醤油の工業化に成功します。和歌山、堺といった西日本の中心都市でつくられるような醤油が最初に工業化されます。そこで上方でつくられた醤油が船で大量に江戸に送られます。大阪から江戸に約五百キロメ

味噌と醤油の役割

味噌も醤油も生産するのに時間がかかります。かつては一年とか二年かけてつくったものがありました。その長い熟成の間に蛋白質がアミノ酸にかわって、いわゆる「うま味」が生まれます。

これは非常に単純な比較なので、もっと詳しく考えなければいけないのですが、西洋では塩とか香辛料とか比較的単純な自然の素材を使って、料理する過程で味わいを深くする、調理の間に味を十分つけていくというのが基本的なつくり

方ですが、日本の場合には、あらかじめ長い時間をかけてつくられた味噌と醤油がありますので、食品に味をつけるスタイルは比較的浅い、場合によっては、それをつけて食べる、食品の中にしみ込ませずに使うことも非常に多いのです。十分味つけされた料理が中国や西洋の料理の中心になってきますが、日本の場合は素材の味を助ける、素材の味を生かす調味料、つけ汁的な使い方がたくさんあります。

例えば、普通の庶民的なレストランや一般家庭のテーブルの上に何が置いてあるか、ちよつと考えていただきたいのですが、たいてい醤油が置いてあります。中国の食卓は酢と醤油が置いてあります。西洋の食卓ですと、けさ私が食べてきたホテルのレストランでもそうですが、塩と胡椒が置いてあります。それは使い方が違つのです。

西洋の塩と胡椒は、使いたい人は使うし、使いたくない人は使わない。つまり自分の好みで、サービスされてきた料理を調味します。すべてキッチンで完全に味つけされた料理が提供されるという点は西洋も日本も同じですが、日本の場合、料理のなかにたえば刺身のような全く味つけしていない料理がテーブルに供され、必ず醤油が必要とされます。醤油の場合にはあらかじめ調理にも使いますが、卓上で料理に味つけをするために用意されているといった、両方の側面があります。

それは日本の食べ物の性質と大変深い関係があります。日本には主食と副食という考え方があります。形としては飯、汁、御菜、香の物という四つの部分から日本の料理はでき上がっています。日本の食事は、味がほとんどない御飯が主体で、味噌汁という味の濃いスープ、御飯を食べるときに一緒に食べるいろいろな種類の肉や魚、野菜の煮たもの、いわゆる御菜があつて、香の物があるという構造です。

したがって味噌汁とスープは全然性格が違つています。スープはスープだけで食

べてしましますが、味噌汁は常に御飯と一緒に食べます。ドイツのレストランで日本料理屋に入りましたら、まず味噌汁が出ましたので、いつ御飯が出てくるのだらうと思つて待っていたのですが、いつまでも御飯が出てきません。味噌汁を食べ終わらない限り御飯が出てこないという店に出会つたことがあります。皆さんは料理屋の日本料理を食べていることが多いと思います。そのスタイルでは次から次へとオードブルのような酒の肴風の料理が供されます。

これが日本料理だといふふうにお考えかもしれませんが、そうではありません。あれは酒を主体とした宴会用の献立で、家庭の食事でもそうですが、本来、初めから御飯に味噌汁、御菜がついているのが日本料理の基本形です。最後に、口の中の生臭い、特に魚を食べた香りを中和させるために香の物、それで「香」という字が入つておりますが、そういう香りの強い食品を食べます。

きのうのお話にもありましたが、欧米の方がこうした基本形の日本料理を食べますと、味噌汁を先に飲み、御菜だけ先に食べてしまつて、最後に白い御飯だけ残ると、全然味がありませんから、困り果てて、白い御飯にお醤油をかけて食べる人がありますが、あれは感心しないことです。味の淡薄なご飯と、味の濃厚な味噌汁あるいは御菜を交互に食べることで味のバランスをとりながら食事をすすめるのが日本人の食べ方です。淡薄な味わいの素材と濃厚な醤油の関係もそれと同じといえましょう。



『大日本物産圖會』「下總醬油製造之圖」
三代安藤広重作(キッコマン(株)所蔵)

国境を越える調味料

最後に、これから味噌と醤油がどのように展開していくかをお話したいと思います。

第一に、発酵調味料は日本だけでなく東アジア全体に広がっている調味料でありますし、先ほど申しましたが、それは古代のローマにもあったのです。決して地方的な特殊な調味料ではなく、普遍性のある調味料です。西洋料理にもそれが大変よく合うということが、今いろいろな形で実証されてきています。第二に、味噌と醤油は西洋の多くの調味料のように油分を使わない。そういう意味では大変健康的に良い調味料であります。第三に、日本の状況を考えてみますと、味噌も、日本の味噌だけではなく、特に朝鮮半島の唐がらし味噌がたくさん使われ

ています。文化の壁を越えてグローバルゼーションというか、新しい食材がどんどん行き交っている状況になっています。

なぜ調味料というものが必要になったのか、まだよくわかっていないことですが、本来は保存のためだったのではないかと考えられます。最初の調味料であったと思われるのは塩と酢で、いずれも自然のまま天然に存在するものが使えます。例えば、皆様もレモンをよくお使いになると思いますが、日本人は柚子というミカンを絞って魚にかけて使います。そういうふうに自然にある調味料というのは味わいを調えるということよりも、もつと基本的にはその食品を保存する、腐らせないという目的が本来あったのかもしれません。ところが発酵調味料が出てきたということは、単なる保存ではなく、保存より嗜好がその理由に挙げられます。

そういう「好み」というものは環境あるいは民族によって違つていふふうに考えられてきました。ところが、今、醤油が世界的に受け入れられつつあるということとは、決してそういう嗜好が民族とか国境、文化に遮られるものではないという、新しい実験が進行しているところだと思えます。つまり西洋料理の中で醤油や味噌が受け入れられるというところで、より多様な味わい方が世界的に可能になっていくことが期待されます。それにつけてもぜひ知っていただきたいことは、本当の美味しい味噌の使い方、美味しい醤油の使い方を的確に試していただきたいのです。いつまでも煮立てておいた味噌汁を

その都度くみ出して使つてではなく、でき立ての味噌汁の美味しさを実際味わっていただきたいのです。

以上のように、日本で独自の発展を上げた醤油が、全世界で受け入れられつつあります。その使い方はそれぞれの土地の伝統と融合しながら、また新しいスタイルが生まれるでしょう。そのとき、製品としての醤油だけでなく、醤油の日本の使い方や、そのおいしさを上手に引き出す方法も、あわせて参考にしてほしいところです。