

FOOD CULTURE

キッコーマン国際食文化研究センター誌 [フードカルチャー]

No.25
2015

特集 しょうゆと郷土料理

日本の醤油の特徴 館博
和食の継承と郷土料理 江原絢子

若手料理人によるパネルディスカッション
和食の魅力 Part.2

シリーズ アジアのソイソース

フィリピン、タイ、ベトナムにおける
ソイソースの利用 福留奈美

欧州における文化庁文化交流使
としての活動 中澤弥子

【流山白味噌200周年記念イベント】報告
産官学コラボ
『和食とみりん』食文化講座



ユネスコ無形文化遺産
京都祇園祭の山鉾行事

kikkoman[®]

発行  キッコーマン国際食文化研究センター

<http://www.kikkoman.co.jp/kiifc/>

[FOOD CULTURE] No.25

2015年4月30日発行 発行人：齊藤文秀 〒278-8601 千葉県野田市野田250 TEL:04-7123-5215 FAX:04-7123-5218

※本誌掲載の写真、絵画、イラスト、記事の無断転載を禁じます。

2013年12月に「和食 日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されましたが、次世代への保護・継承が大切な課題となっています。農林水産省の調査によれば、「和食」の保護・継承の要素として、食材等の面では「身土不二の理念を土地ごとの食材を使って体現した郷土料理」が重要視されています(※)。しょうゆは長きにわたり日本の食文化を支えてきましたが、各地域においてその嗜好も異なります。当センターでは「しょうゆと郷土料理」がどのように関わっているのかを研究調査するために、学識経験者を中心としたプロジェクトチームを2014年7月に立ち上げました。研究成果につきましては、次号でご報告させていただく予定です。

キッコーマン国際食文化研究センターは、創業80周年記念事業の一環として1999年7月に設立され、昨年で15周年を迎えました。今後とも「発酵調味料・しょうゆ」を基本とした研究活動、文化・社会活動、情報の収集・公開活動を展開してまいります。また、日本の食文化のすばらしさを世界に広めるとともに、世界の優れた食文化を日本に紹介する活動を展開し、キッコーマンの経営理念である「食文化の国際交流」を推進してまいります。これからも当センターの活動に対する皆様の温かいご理解とご支援を、心からお願い申し上げます。

※農林水産省 第3回検討会(平成27年3月4日)資料2.「和食会議アンケート」調査の追加分析結果

CONTENTS

特集 しょうゆと郷土料理

3 日本の醤油の特徴 舘博

5 和食の継承と郷土料理 江原絢子

7 若手料理人による『和食の魅力』Part.2
パネルディスカッション

13 海外レポート 欧州における文化庁文化交流使としての活動 中澤弥子

シリーズ アジアのソイソース

14 フィリピン、タイ、ベトナムにおけるソイソースの利用 福留奈美

22 トピックス 【流山白味噌200周年記念イベント】報告 産官学コラボ・「和食とみりん」食文化講座

〈表紙写真解説〉

ユネスコ無形文化遺産 京都祇園祭の山鉾行事



平成21年9月30日、ユネスコの無形文化遺産の保護に関する条約に基づく第4回政府間委員会において、「京都祇園祭の山鉾行事」が無形文化遺産に登録されました。京都祇園祭は、7月1日から31日にわたって各種の神事・行事が繰り広げられる日本を代表する夏祭りのひとつです。その始まりは約1100年前、日本各地に疫病が流行した際、当時の日本の都であった平安京の神泉苑で、災厄の除去を祈ったのが始まりと言われていいます。

京都祇園祭の中でも、無形文化遺産に登録された山鉾行事での山鉾巡行は、7月17日に行われます。山鉾とは、祭礼の時に人々が引いて練り歩く屋台の一種で、鉾や長刀(なぎなた)などをたてたものです。鉾に乗っている人たちの太鼓、鉦(かね)、笛により祇園囃子が奏でられます。巡行の先頭を行くのは長刀鉾で、屋根の上の20メートルを超える柱の頂には長刀が輝き、八坂神社からお位をいただいた稚児が乗っているのが特徴です。稚児が手に持つ太刀を振りかざしてしめ縄を切ると、長刀鉾はゆっくりと動き始めます。途中の四辻では、何トンもある豪華絢爛な山鉾を人力で方向転換する辻回しと呼ばれる豪快な光景が見られます。

また、あまり知られていませんが、京都の食文化に欠かせない川床料理も実は祇園祭と深い係わりがあるのです。古来、川には神がいるとされ、その地で飲食をするという習慣はありませんでした。祇園祭に行われる神輿洗いと呼ばれる行事に神様をお迎えする。その時ばかりは川には神様がいないので、その期間だけ飲食が許された、というのが川床料理の始まりと言う説があります。当初の川床料理の提供は、山鉾の巡行日と合わせるように短い期間だったようです。今では、5月から9月まで川床料理を楽しむことができるようになりました。

(参考文献: 祇園祭 - 祝祭の京都 - 2010年 日本の祭事典 2008年)

■日本のユネスコ無形文化遺産(年代順)

- 能楽 ●人形浄瑠璃文楽 ●歌舞伎 ●雅楽 ●小千谷縮 ●越後上布 ●石州半紙 ●日立風流物 ●京都祇園祭の山鉾行事 ●甕島のトシドン
- 奥能登のあえのこと ●早池峰神楽 ●秋保の田植踊 ●チャッキラコ ●大田舞楽 ●題目立 ●アイヌ古式舞踊 ●組踊 ●結城紬
- 壬生の花田植 ●佐陀神能 ●那智の田楽 ●和食 日本人の伝統的な食文化 ●和紙 日本の手漉(てすき)和紙技術



日本の醤油の特徴

東京農業大学短期大学部醸造学科教授

館 博

中国から伝わった穀醤がルーツ

醤油のルーツは、食塩を混ぜた保存食である醤（ひしお）といわれている。原始時代は狩猟民族で、獲物を捕獲した時だけ食事ができたことから、自然発生的に肉を保存する為に食塩を混ぜた肉醤（ししびしお）が生まれたと考えられる。農耕民族になるに伴って、穀物と食塩を混ぜた穀醤が生まれ、仏教の伝来と共に穀醤の製法が中国から日本に伝わったとされている。穀醤の渡来ルートは定かではないが、現在の韓国で、九州の様にアミノ酸液を加えた混合方式の醤油が多く使われていることから、韓国と九州は近い関係にあると思われる。従って、穀醤は、中国から朝鮮半島を通り九州に渡来したのではないかと考えている。大宝律令（701年）に、宮内省の大膳職に属する醬院（ひしおつかさ）で大豆を使った醤が造られていたとされている様に、穀醤はわが国で受け入れられ定着したのである。

中国から伝えられた穀醤は、やがて、日本風に改良が加えられ、最終的にはわが国独自の調味料である醤油が生まれてくることになる。文献に記載が無いので、どの様な物かは分からないが、醤から未醤（みしょう）が生まれたとされている。この未醤の発音が味噌に似ていることから、未醤が味噌の原型ではないかと考えられている。味噌の桶に溜まった溜りが、やがて独立した液体調味料である醤油（溜醤油）になったとされている。一説には、鎌倉時代に禅僧覚心が中国の径山寺から径山寺味噌の造り方を持ち帰り、その製造過程で桶の底に溜まった液体が醤油（溜醤油）になったという説もある。何れにしても、味噌の溜りから醤油が生まれたのは間違いなさそうである。従って、最も歴史が長い醤油は溜醤油で、室町時代の末頃から関西で醸造が始まっている。

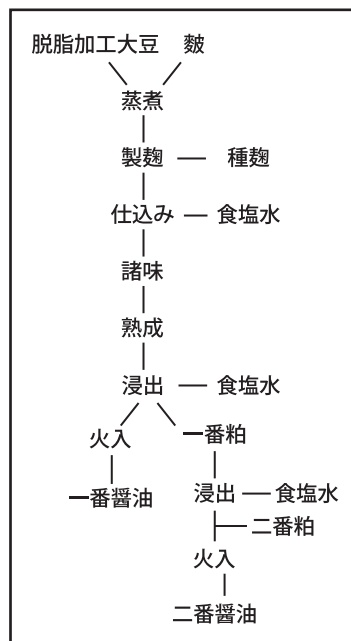
江戸時代に入り、文化の中心が京から江戸に移り、江戸の人々の口に合う醤油である濃口醤油が生まれてく

る。それまでの醤油が、大豆だけを原料にした強い旨みを持つ溜醤油に対して、濃口醤油は、原料に小麦を用いることにより旨みだけではなく色も香りも良いことから、全国に広まった。現在、濃口醤油は国内生産量の8割を占めている。その後、兵庫県の龍野で、濃口醤油と製造方法が殆んど同じではあるが、色が淡い淡口醤油（1660年）が発明される。山口県の柳井では、生揚げ醤油に醤油麴を仕込んだ濃厚な別名甘露醤油と呼ばれる再仕込み醤油（1781年）が発明される。また、愛知県の碧南では、小麦が主原料で淡口醤油よりも色が淡く甘味に特徴のある白醤油（江戸時代末期）が生まれてくる。以上のように、醤油のルーツは中国から伝来した醤ではあるが、わが国独自の発展を遂げ、今や日本の醤油は世界の調味料として認知されている。

中国、韓国の醤油事情

中国では醤の他に、大豆に麴菌を生やした豉（し）も調味料として用いられてきた。現在でも豆豉として存在し、豆豉を油で炒めて濾した油が調味料として料理に使用されている。豉は豆麴のようなもので、麴菌による大豆の分解が行われているので、豉を水で抽出した豉汁が醤油の様に液体調味料として使われてきたようである。不勉強で、中国で豉汁からどの様にして醤油が生まれてきたかは不明であるが、日本とは違った中国式醤油が生まれてくることになる。現在の中国では、低塩固体発酵法で造られた醤油の生産量が多いが、これは人口が多い中国で1950年頃に考案された安価で早く醤油を製造する方法で、脱脂加工大豆と麴（ふすま）を製麴し、水分含量が50%と少ない諸味を仕込み、50℃、約3週間で分解を行い、食塩水で抽出して醤油を造る速醸法である（図1）。この醬

図1 低塩固体発酵醤油の製造工程



館 博
(たち・ひろし)

■ 研究分野: 醸造学、応用微生物学
 ■ 学歴: 東京農業大学大学院農学研究科農芸化学専攻博士前期課程修了 博士(農芸化学)
 ■ 現在の役職: 東京農業大学農友会文化団体連合会会長、全日本学生競技ダンス連盟会長、日本健康医学会副理事長、実践総合農学会常任理事、日本醤油技術センター理事、醤油業中央公正取引協議会理事、他多数。
 ■ 受賞歴: 平成9年度日本醸造協会技術賞、平成18年度、平成22年度および平成24年度日本健康医学会論文賞、平成21年度醤油技術賞、平成22年度日本醤油協会功労賞

油は、加温による着色が進んでいて、日本の醤油とは異なるものとなっている。この他に、日本式の醤油に似た高塩液体発酵醤油も作られている。以前、中国の醤油メーカーにいった時、屋外の大きな瓶(写真1)で諸味を発酵させているのを見て、驚いた記憶がある。最近、日本の醤油メーカーの技術指導による日本式醤油の製造が増えている。

韓国の家庭では、大豆を茹でて潰し、四角く成形した後、縄でくり、軒先に吊り下げ枯草菌の発酵を促したメジュ(写真2)を、食塩水と一緒に瓶に仕込んで韓国式醤油を造っている(写真3)。この醤油は、日本の



写真1 中国産醤油の瓶



写真2 韓国のメジュ



写真3 韓国産醤油の瓶

醤油とは異なり枯草菌の酵素で大豆を分解しており、独特の風味を持っている。総窒素は1.4%と旨味はかなり強い。一方、韓国の醤油メーカーで造られる醤油は、戦時中、日本が占領していたことから日本式の醤油製造方法で生揚げ醤油を造っている。本醸造醤油も販売されているが、日本に比べてアミノ酸液を混合した混合方式の醤油が多く販売されている。

全国各地の醤油の生産量

平成24年のしょうゆ製造工場調査の結果を表1に示した。平成24年の醤油の生産量は80万klで、各醤油の生産比率は濃口醤油84%、淡口醤油13%、溜醤油1.5%、再仕込み醤油1%、白醤油0.7%であった。濃口醤油の生産量が多い県は、1位が千葉県、2位が兵庫県、3位が愛知県で、大手メーカーの工場が多い県が上位を占めている。淡口醤油の1位が兵庫県であるのは、淡口醤油の産地である龍野が兵庫県なので納得できるが、意外に千葉県が2位と生産量が多いことに驚く。溜醤油でも千葉県が3位と比較的多い生産量を誇っている。再仕込み醤油についてはこの表には出ていないが、1位が埼玉県で1,112kl、2位が新潟県で1,098kl、3位が群馬県で1,061klであった。埼玉県は県の醤油生産量の28%が再仕込み醤油と高い比率を示していた。白醤油の生産量の95%が表1の県で生産されている。表1は、各県における工場での生産量であって実際の使用量では無いので、醤油の地域性についてはしっかりした調査が必要と考えている。

以上の様に、醬から端を発した醤油ではあるが、国によって発展の仕方が異なり、形状は似ているが全く違ったものが生まれてきている。しかし、今後、日本式醤油の優位性から、日本式醤油が益々広がって行くと考えている。

表1 しょうゆ製造工場調査(平成24年)kl

資料提供: 日本醤油技術センター

都道府県	こいくち	うすくち	たまり	さいしこみ	しろ	合計	総生産量の順位
千葉県	265,046	16,187	1,451	332	1,481	284,496	1
兵庫県	80,469	37,688	68	444	17	118,686	2
愛知県	40,481	2,400	6,835	973	2,305	52,993	3
群馬県	40,661	1,526	32	1,061	886	44,166	4
香川県	35,631	7,706	7	147	0	43,492	5
大分県	25,632	7,198	0	111	570	33,511	6
三重県	22,137	1,771	2,027	0	159	26,094	7
北海道	21,874	197	0	31	8	22,109	8
青森県	20,616	409	0	2	0	21,027	9
福岡県	14,913	4,186	5	305	0	19,409	10
全国	671,911	102,022	12,027	7,685	5,665	802,310	



和食の継承と郷土料理

東京家政学院大学名誉教授 江原 絢子

ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」

ユネスコ無形文化遺産に「和食」が登録された2013年12月から1年以上が過ぎた。その間、いろいろなところで「和食」をテーマとしたシンポジウムや講演会が開かれ、筆者も様々な方々にお話しする機会があったが、登録された「和食」の内容は、まだ理解されていないと感じることが多い。はじめに、その内容の概要について紹介したい。

登録されたタイトルは、「和食；日本人の伝統的な食文化 - 正月を例として -」（WASHOKU; Traditional Dietary Cultures of the Japanese - notably for the celebration of New Year）である。これからわかる通り、「和食」とは「日本人の伝統的な食文化」のことを短い「WASHOKU=和食」という言葉で説明しており、私たちがイメージする料理としての和食とは少し違う、各料理を作り上げてきた自然や歴史的な背景、すなわち和食文化をさしているといえよう。申請書の内容から「和食」（日本人の伝統的な食文化）の特徴をみてみたい。

まず、「和食」は食の生産から加工、準備及び消費に至るまでの技能や知識、実践や伝統に係る包括的な社会的慣習であり、これは、資源の持続的な利用と密接に関係している「自然の尊重」という基本的な精神に因んでいる」と記されている。つまり、多様な農産物、魚介類は、日本の自然が育んだ豊かな食材である。しかし、その豊かな食材を得るためには、品種改良、農具の改良、肥料の工夫などがあり、漁法の発展、加工品・調理法の工夫など、人々の技能、知識、知恵の積み重ねの結果であり、それらすべてを含んだものが和食文化といえる。

また、自然から得られた食材にいろいろな加工、調理を施すことで、食材を最大限に生かし、最後まで使い尽くす暮らしを根底におきながら、美味しく、健康につながるための工夫もしてきた。それらの多くが各地域の郷土食として継承されてきた。

さらに申請書には、「和食」は生活の一部として、また年中行事とも関連して発展し、人と自然的・社会的環境の関係性の変化に応じて常に再構築されてきた」とも記されている。各種行事は、地域により必ずし

も同じではなく、自然環境に加えて、歴史など社会的環境の影響により、地域により異なる様々な行事が発展し、時代による変化を加えながら再構築されているものが多い。

以上は、申請書にある内容の一部であるが、これらはすべて郷土食の発展と継承に深くかかわっているともいえる。

郷土料理とその形成

郷土食や郷土料理という言葉が盛んに使用されるようになるのは、1940年前後のことで、戦時下の食料不足の解決のため、各地の食材や調理・加工などを見直そうとしたことによる。食習慣の調査などが実施され、各地域で郷土食、郷土料理をタイトルとした本が出版された。

それらの郷土料理は、「海の幸、山の幸に富める我が国各地に於いて古来行われてきた名物料理」とか「郷土食は、主としてその地方の作物の新鮮なもの、完熟したもの」と説明し、「栄養に富み、味わいのよいもの」が多く、「米飯を主としなくてもりっぱに栄養が取れ、皆健康を維持することができる」と記しているが、郷土食と郷土料理についての明確な定義は見られない。本稿では、地域特有の食材やその加工品なども含めて郷土食と呼び、各地域で作られて、三世代くらいは継承されてきた料理を郷土料理としたい。

郷土料理は、その土地で生産されるものだけで作られたものばかりではない。よく例に出されるのは、沖縄の昆布料理である。北海道で生産された昆布が遠く沖縄に運ばれた歴史が、沖縄の郷土料理を形成しているともいえる。同様の例が大分県日田地方に残るお盆の郷土料理「たらおさ」の煮物である。北で獲れた



江原 絢子
(えはら・あやこ)

島根県生まれ。
お茶の水女子大学家政学部食学科卒業。
博士(教育学)。東京家政学院大学教授を
経て現在、同大学名誉教授・客員教授。
一般社団法人和食文化国民会議 副会長。
専門は、食文化史・食教育史・調理学。
主な著書に、『家庭料理の近代』(単著)、
『和食と食育』(編著)、『日本の食文化史
年表』(共編)、『日本食物史』『おいしい
江戸ごはん』(共著)など



タラのエラと胃袋の乾物「たらおさ」(大分県)

タラのエラと胃袋の乾物を戻して、地域の干し筍などと醤油と砂糖などで煮たものである。自然環境と社会環境が関連し合い、形成→定着→継承→再構築→継承を繰り返してきたのが郷土料理の特徴でもある。

また、郷土料理には、年中行事や農事などハレの食のなかで形成、定着したものと、日々の暮らしの中で形成され定着した料理がある。各地域で毎年繰り返されているこれらの食は、そこに住む人には特有の食だと認識されない場合も多い。

先日出かけた福井県のある町のスーパーに並ぶ大きく細長い油揚げや大きな正方形で厚みのある厚揚げは、筆者の目から見ると特有の加工品に見えるが、土地の方にとっては普通のことで郷土の食とは気づかないことも多い。同じいなりずしでも三角形のものを作る地域もあれば、俵型もある。俵型にかんぴょうを巻いたものは栃木県の特徴でもあるなど、名前が同じでも地域性があることも多い。それらを調査・研究することで、自然を尊重しながら工夫を加えてきた日本人のすぐれた知恵、技能を見出し、今後の食の見直しにも役立てることができることを期待したい。



様々な形の厚揚げ・油揚げ(福井県)



かんぴょうを巻いたいなりずし(栃木県)

郷土料理と調味の地域性

各地域の日常の料理は、各時代にもっとも身近にある調味料が使われてきた。近世から近代以降についてみると、日常食の中心は、味噌であり醤油はやや改まった時に使われる例が多くみられる。味噌は、各家で簡単に作ることができたからでもある。

筆者が以前調査した山梨県上野原市の山間部地域では、毎日のようにうどんを手打ちにして、大なべに季節の野菜やいも類を入れた味噌汁に加えて煮込む「にごみうどん」が一般的な夕食であった。しかし、来客の場合には、そのうどんをゆでて、醤油味のつけ汁を用意した。関東各地域の畑作地帯に残るうどんの文化は、このような調味の違いがみられるが、現在は、味噌味、醤油味の両方も残っており、時代の変化により、醤油味も日常食として定着したと考えられる。青森のせんべい汁は、昭和初期にはご馳走で、味噌で



醤油味のせんべい汁(青森県八戸)

はなく塩と醤油のすまし汁で調味している。郷土料理を日常食とハレ食に分けて、調味の仕方をみることも必要であろう。

味噌も醤油も種類により味が異なり好みには地域性がみられる。醤油では、甘めの醤油、淡口醤油、濃い口醤油など地域により好みは異なり、味噌も米味噌、麦味噌、豆味噌など地域性がある。長く食べられてきた料理は、食材以上に、その調味のほうに嗜好性への影響が大きいのではないだろうか。とくに醤油や味噌の甘味や香りは習慣化するように思える。そのため、汁物、煮物などでも調味料の種類により、地域での嗜好は異なるといえよう。調味料の視点から、郷土料理の特徴をみることで、地域性の要因などを探るきっかけともなるであろう。

しかし、言うは易くこれらを明らかにすることは必ずしも簡単ではない。人々の好みは、常に変化しており、同じ地域でも世代間の違いもあり人も移動している。それでも郷土料理と調味の関係性を調査することで、地域の特徴と和食文化で保護・継承すべきことが何かを探るヒントを見出すことが期待される。

若手料理人によるパネルディスカッション

「和食っていいね！」
と言われたい

和食の魅力

Part.2

食のクールジャパン! 和食

京都と東京から旬な日本料理人が集合!

伝統を守りつつ、国内外で活躍をする料理人たちが、昨年に続き、和食の魅力について語る第二弾。和食は今や、世界で注目を浴びるかつこい料理! 今回は海外を通して見た、和食の魅力を語り合います。



2014年9月27日 丸ビルホール



高橋 拓児(たかはし たくじ)氏
京都「木乃婦(きのぶ)」三代目
1968年生まれ、大学卒業後、東京の「東京吉兆」で修業。新しい理論や料理方法を取り入れた料理スタイルは高い評価を受ける。シニアソムリエの資格を持ち、ワインへの造詣も深い。「木乃婦」は京都の祇園祭の鉾町にある料亭。



中東 久人(なかひがし ひさと)氏
京都「美山荘(みやまそう)」四代目
1969年生まれ。高校卒業後、フランスに渡り、ホテル経営学、サービスを学ぶ。帰国後、金沢「つる幸」で修業。自然と深くかかわる新しいスタイルの「摘草料理」を提供。「美山荘」は、野趣あふれる京都の奥座敷・花宵にある料亭。



高橋 義弘(たかはし よしひろ)氏
京都「瓢亭(ひょうてい)」十五代目
1974年生まれ。大学卒業後、金沢で修業をつみ、京都へ戻り、父である十四代目の高橋英一氏に師事する。懐石を基本とする伝統的な日本料理を受け継ぐ。「瓢亭」は、京都・南禅寺近くに400年の歴史を刻む。



柳原 尚之(やなぎはら なおゆき)氏
近茶流嗣家(きんざりゅうしか)・柳原料理教室副主宰
1979年生まれ。大学で醸造学を学び卒業後、食品メーカーに勤務。その後、オランダ船籍の帆船のキッチンクルーとして、つとめた経験もあり。現在は、父の柳原一成氏とともに、東京・赤坂の料理教室にて日本料理、茶懐石の研究指導にあたる。



柿澤 一氏(かきざわ ひとし)氏
フードビジネス コンサルタント
1967年生まれ。関西料亭「つる家」にて修業。アメリカワシントンDC日本大使館総料理長として渡米。帰国後、東京・虎ノ門の日本料理店の二代目として料理に携わる。2010年、上海万博の日本産業館にキッチンマンが出店した「茶 MURASAKI」の支配人をつとめる。

コーディネーター

パネリスト



柿澤：それでは簡単に今回の概要を説明させていただきます。和食というのは、私たちの中にいつも根底に流れているとても大切なもの、それは水や空気のように当たり、まるでそこにあることすら気づかなかつたりすると思うのです。そんな

和食に対してどのように感じているか、また海外の方がどのように感じているのか。海外に行かれたご経験を含めてお話してください。では、さっそくですが、和食がユネスコ無形文化遺産に登録されましたが、それに関してはいかがでしょうか。

高橋(拓)：お客様は和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたからといって、ご自分のみそ汁やご飯のつくり方が変わるわけでもないし、と思われるかもしれませんが、このことは日本の文化が世界に認められたということで非常に大きいことだと思います。そして毎日の料理を、ただ栄養を摂るとか、おなかが減ったから食べるというこ



とだけではなく、日本人としてのアイデンティティを今一度考えるきっかけになったのではないかと思います。実は、昆布という食材は日本にしかありません。日本料理とは、昆布を使った料理なんですね。世界を見渡しても昆布は捨てたり、堆肥にしているわけです。昆布を使ってお出汁を取って、それを鰹節と合わせるというところが日本料理の特異性。日本の料理というのはそこが凄いなと。そこにちょっとしょうゆを落とすとさらにおいしくなる。そんな料理であるということを、皆さんが再認識されたということがとても大きいですね。

中東：私は登録されてからのの方が大変だと思います。登録されたということは日本の文化、日本料理だけではなく、日本人の精神が、世界に知れ渡ったのではないかと、認められたのではないかと、認められたのではないかと、認めています。例えば、和食のまわりには、掛け軸や生け花があつたりするのですが、そういうものも海外に普及していく。そのことで日本が世界に注目されて、もっともっと強くなっていくのではないかと思います。



高橋(義)：世界の視線が和食に集まっている、という自覚を日本の皆さんが持ついい機会になったのでは

ないかなど。私自身もそうですが、日本人は和食を食べ自分たちの体をつくってきた。それらが遺伝子に組み込まれているんです。それを次の世代に語り継いでいくということが、和食にとって大事だなあとということを改めて感じました。

柳原: 今回のユネスコ無形文化遺産登録で柱になったものが四つあります。一つ目が「いろいろな食材の豊かさ」。日本はとても南北に長いですからさまざまな食材に恵まれています。そして次に「健康」。それから豊かな春夏秋冬があることによる「季節感」。最後の一つは「文化」です。日本の文化の中で面白いものは、例えばお正月料理を思い出してください。なぜおせち料理を食べるのかとい



うと、例えば三つ肴だったら数の子、黒豆、そして田づくり。それぞれに願いを込めて食べるわけですよ、日本人は。そういうことは、海外の

人たちはとても不思議に思うわけです。それは言霊(ことだま)であり、食べ物に願いを込める。そのことを私が海外に行って話すとかかなり興味をもたれるところなので、もっとアピールしていきたいと思っています。

柿澤: ありがとうございます。ところで皆さん、世界中に和食のレストランというのは何店舗くらいあるかご存知ですか。今、統計ですと5万6千店舗以上となっています。2006年、今から8年ほど前なのですが、その時には約半分くらい、2万6千店舗。今はその2倍くらい、急激な広がりですよ。

高橋(拓): そうですね。その理由は、第一には食材の流通が良くなったということ。海外のイベントに参加させていただくと、昔と比べてものが良くなっているんです。食材の搬入もそうですし、運搬もそうですし、それから調味料関係もかなり充実してきています。日本料理の副食材までスーパーマーケットで揃うようになったということが大きいですね。

中東: 私も昔、6年くらいフランスにいて、その時は日本人がきちっと料理をしている料理屋さんは4軒くらいしかなかったと思います。他は、ああ、日本料理屋さんやなあって思っただけでしたら、明らかに日本人ではない人たちが寿司を握っていたり、うどんをつくっていたりとか。当時は、日本料理文化というものが海外に知れ渡っていなかったですね。それがいつしか日本料理がヘルシーであるとか、文化的であるとか、そういうこと

が海外に普及し始めるにつれ、どんどん食べる方のレベルが上がってきた。今では、世界中に良い日本料理屋さんがたくさんありますよね。

高橋(義): うちのお店も最近、外国のお客さんがとても増えました。以前に比べると、とてもきれいに召し上がるのです。お刺身と言うたら海外に行くとサーモンとか鮪(マグロ)とかそういうものが多いのですが、日本では鯛(タイ)の活造り。うちでは活造りという形で身が硬直していないぷりぷりしたものを出すのですが、やはり最初はなかなか食べていただけなかった。それが皆さんきれいに全部召し上がるようになってきた、というのが実感としてありますね。



柳原: 日本料理の広がりというのを見るのに一番いいのは、しょうゆの消費量だと思います。海外に行くと、必ずスーパーマーケットに行くのですが、どんなところでもしょうゆはありますし、輸出货量もどんどん増えていますよね。

柿澤: ありがとうございます。海外から日本に来る観光客の方が期待する第1位が「食事」。また、海外の人からアンケートを取ると、好きなお料理は何ですか?という質問に「和食」が堂々の1位だそうです。このような海外の方の気持ちの変化、和食を受け入れられていることをどうお感じになりますか。

柳原: 今、築地市場は、日本人より外国人の方が多くなります。午前9時前までは一般の人は入ってはいけないことになっているのですが、9時を過ぎた瞬間に私たちが歩けないくらい外国の人たちがいる。生食文化にとっても興味があるのです。また、大きな、200kgくらいの鮪がセリを待って転がっているところなど、とても熱心に見学しています。お刺身を生でそのまま食べることは、外国の人たちは今まで持ってなかった文化なんです。今まで魚というものは生臭くてだめだったはずが、どんどん世代を重ねるごとに、お寿司を食べるようになって、和食のおいしさに舌がどんどん慣れてきている感じがします。外国の人たちの舌も成長しているように私は思います。

柿澤: ありがとうございます。ところで和食というものを海外の人はどのようにイメージをしているのでしょうか。

高橋(拓): 取りあえず一番初めに「キレイ」という言葉はとても多く聞かれます。シンプルで、自然な雰囲気が出ているということをおっしゃいます。二番目には、あつ

さりしているのに味があると。それからオイルがほとんど使われてなくて、すべてが旨みの構成で料理がなされていておいしく感じられると。

それでは、ロシアのモスクワで行ったイベントをご紹介します。私はロシアに10年前にも行ったことがあります。食のイベントで、ちょうど3月18日の国際婦人デーでして、名だたるご婦人総勢70名くらいに懐石料理を出し



ました。その時は、食材も冷凍ものしかない。鱒(マス)は氷詰めのものがあったのですが、おなか溶けているような状態やったわけです。それから10年後、素晴らしい立派な市場になっているわけです。とても整理されました。ここは蛸(タコ)のブロック、ここは鯛のブロック、生簀(イケス)に伊勢海老やオマール海老やホタテ貝は泳いでいるわ、蛤(ハマグリ)までありました。日本料理は食材が多様であればあるほど、その幅が広がるので、食材が豊富なロシアでは、日本料理は急速に発展するな、とその時思いましたね。

中東: 私が肌で感じているのは、ヨーロッパ全体で今、柚子が爆発的な人気で、多くのシェフが使いたがっているということです。料理だけではなく、お菓子にも使われています。そういうこともあり、今では生の柚子をEUに輸出する事ができるようになったんです。それで生の柚子を日本人はどのようにして使うのか、という疑問が彼らにはあって、そのことを教えるために行ってきた



した。場所はスペイン。バルセロナのアバックという二つ星のレストランでした。そのシェフたちは、柚子を単なる日本の食材だからとか、トレンドだから使うのではなくて、本当に柚子の香りというものに興味を持って、それを理解して使おうとしています。柚子の使い方一番、簡単なのは、柚を摺って散らす振り柚子なのですが、そればかりでは面白くないということで、柚子のことについて色々なことを答えられないくらい質問されました(笑)。

柿澤: この柚子について海外の人たちはどのように見ているのでしょうか。

柳原: 海外の人は、香りということにすごく食欲なんです。日本料理は旨みで構成していく事が多いのですが、海外では香辛料を多く使う。その中でやはり日本料理らしい香りという柚子を使いたくなるんですね。しょうゆを使うと日本料理らしくなりますが、それだけじゃなくて香り、たとえば木の芽があり、柚子があるだけでも、日本料理らしくなるといって、そういうシグネチャーになり得るものなので、もっと海外に自由に持っていけるようになってほしいです。

柿澤: 最後になりましたが、柳原さんはどちらに行かれたのですか。

柳原: 私は中東のイスラエルに行ってまいりました。実はイスラエルのテルアビブには寿司屋さんが200軒、もう既にあるんですね。そこで寿司コンテストをレストラン対抗という形で行いました。今回で3回目



「Kikkoman Sushi Master 3」という企画です。30数軒のイスラエルのスシバーやスシレストランの人たちが集まって競い合うのですが、会場にいるプレスやお客さんが、実際につくっている所を見ながら進行していくのです。30分の間にお刺身と巻物と、あとお寿司の3品をひとつのお皿に盛りつけるという、そういう内容でした。

柿澤：ずいぶん盛大ですね。

柳原：本当に色々な国の方々に参加しています。アジアの方もいますし、現地の方もいますし、ヨーロッパから来ている方もいるという感じで、二人一組で参加しています。このSushi Masterで優勝するということは大変名誉なことだそうです。これが優勝者の作品です。このようにお刺身が奥の方であって、手前に握り寿司、そして



その前に巻物があります。私がこの作品を選んだ基準は握り寿司の一個一個の大きさが同じで、衛生的ということころです。つくっている様子

も審査の基準になっていて、つくっている様子、盛り付け、そして味という三つで見るのです。今映っている彼が、優勝した若干26歳のイスラエル人のメイダン君です。彼にどのように寿司を勉強したのか聞いてみました。すると日本料理屋にはどこにも修業に行っていないのです。どうしたかという、全部インターネット。動画サイトで寿司の握り方を見ながら、見よう見まねで勉強したそうです。



柿澤：皆さん、海外でご経験をされた中で、海外の方から見た和食がどのように見られているか、お感じになられたと思いますが、それぞれ違う経験の中に共通項みたいなものはあるのでしょうか。

高橋（拓）：これからは切る技術というのが、どんどん海外に出ていくと僕は思っているんです。僕は切ると炊くで「割烹」と言います。この二つの技術が半々で日本料理ができていますね。私たちは右手で切りますけれども、左手にも同じくらいのセンサーがついているのです。

中東：私は、技術的なこともそうなのですが、まずは日本料理の構成の仕方についてです。今、海外のシェフたちも自然に目を向けていて、それらを料理にどう取り込んでいくかを考え始めています。日本料理の場合は直接的に、自然を感じることはできるのですが、洋食の場合、これは自然から取り入れたのだ、と感じにくいところがあると思うのです。それらを克服すべく、自然を料理にどのように表現していくかということも、彼らが勉強していく事なのではないかと思えます。

柳原：私が思う海外の人たちが感じている和食の魅力のひとつとしては、やはり魚の扱い方だと思います。お寿司がこれだけ世界に広がってきたというのは、氷があって発泡スチロールがあって、流通が良くなった。そういうことによって世界で食べられるようになったのです。でも、私たちはもうずっと前から、氷も何もない時代から生食をしてきた。そのひとつの理由は、やはり魚の上手な扱い方なのです。それが先ほど言いました築地がとても人気があるひとつの理由だと思うのです。例えば、ひとつの魚に対しても氷の使い方や、どういうふうに置こうかとかいうことですね。普通、魚は頭が左で、おなかを手前に置くじゃないですか。それだって魚の鮮度を如何に保持していくかということ、できた



ルールなわけですね。下身の方というのはどうしても内臓がありますし、魚の重さがかかります。だからそこから悪くなっていく。でも、運ぶ人とか売る人が必ず全部そういうふうに置けば上側の身というのは下側の身よりは鮮度が保たれるわけですね。そういう技術というものを、料理の包丁技だけじゃなくてもっと輸出すべきだと。それこそフランスなどに行くと「活けじめ」のような技術は、シェフの皆さんが興味を持たれます。日本では当たり前の技術が、海外ではすごくびっくりしてもらえます。

柿澤：きっと、魚を扱う方の気構えのようなものが他の食材にもあるのでしょうか。それでは最後になりますが、一言ずつコメントをいただきたいと思えます。

高橋（拓）：多分、海外から見た和食の魅力と国内で見る和食の魅力というのは違って、私たちはその使い分けをうまくしなくてはいけないと思っています。今回、和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたのですが、まだまだ海外では日本料理というのは、ジャパンの未知なる料理なわけですね。完全に日本料理を解釈されているわけではありませんで、そういったことを前提として日本料理を正しく伝えるということが大事だと思います。それから国内では、和食はやはり私たちのライフスタイル、食生活、生活体系に結びついていますから、この食



が乱れるということは日本人の生活が乱れるということなので、生活を守る上でも食をつくっていくということが一番大事なことかと思えます。

それから、フランス料理とかイタリア料理をつくった後の鍋の油。あれは洗う時に、結構洗剤を使わないと流れません。水を汚しますよね。日本料理というのは、油を使わないお出し主体なので、サッと洗えば水だけでも落ちるのです。洗剤も少ししか使いません。そのような利便性は、水を生活の中心にしている日本人の生活として、環境にもやさしいですよ。それはやはり、日本料理が誇れることかと思えます。

中東:和食の魅力というのは、私の中では、自然といつも共存しているような感覚で料理をつくりあげていく、ということなのです。自然を意識するという事は、自然環境を守ることにもつながっていくと思えます。今、日本料理、和食というものが日本人から離れていっているというのは現実です。それと比例して自然環境も悪くなってきています。それは、日本料理をつくるために乱獲するのではなくて、意識して守っていく、



こんなおいしいものが採れるのだから自然を守っていく、そういう考え方になっていくということが、これから日本料理が発展したり、いいもの、おいしいものをつくったりできる源泉ではないかと思えます。今、海外に行くと現地のシェフたちは、日本の食材というものを非常に良質な、すごくレベルの高いもの

だと思っ使っています。おいしさ、栄養においても同様です。それは日本の経済面においても非常に大切なものになってくると思えます。日本料理というのは自然といつも共存している、自然を意識しているということで環境を守っていく。それによって、我々は本当に自然の中で健やかに過ごすことができる。そういった根本原理を今、世界の人々は見直しているのではないかなと思えます。

高橋(義):どんな国の料理でもそうだと思うのですが、やはりつくる側と食べる側が必ず存在していて、そしてその両者の間では必ず無言のキャッチボールがあるのです。つくる側がどんなことを思って、どういうふうに食べてもらいたくて、どういうふうに料理したのか。食べる側は、どういうふうにつくる人が考えて出してくれたのか、これはどこでどうやって採れたのだろうか、どういう工夫があるのだろうか、どうやって食べたら一番おいし

く食べられるのだろうか、といういろいろな思いをお互いにめぐらせているのです。それが家庭であったり、レストランであったり、料理屋さんであったり、いろいろところで展開されるのですが、お互いにもっと想いをめぐらすことによってその料理が育まれていくと思うのです。



柳原:私は、ユネスコ無形文化遺産に登録されて一番よかったのは、私たち日本人自身だと思います。これからもっともっと日本料理が発展していくと思うのですが、そのために必要なものというのは、やはり日本人一人ひとりの舌だと思います。舌、味というものは育てるものです。元々あるものではないのです。小さい時からいろいろな味のものを食べて成長していくのです。ただ、今はお母さんがつくらなくてもファーストフードやコンビニ弁当もあって、単一の濃い味だけでも育つこともできます。しかし、そういう子供たちが育って大きくなったら、味の分からない大人になってしまう。そうすると、いい料理屋さんに行ってもこんなものかと思っもらえない。感動が少ないと思うのです。ですから僕は、やはり小さい時からの食の教育が大事だと思います。それはすごくいいものを食べさせて、高いものを食べさせてという意味ではなくて、例えば本当の出しを引きたい香りもの、ほうれん草のおひたしでも出しとしょうゆをちょっと合わせて浸けただけでもおいしくなります。でも、そのためにはほうれん草を上手に茹でましよう、しょうゆと出しの割合も考えてあわせましよう。そういう細かいことが、舌が育つトレーニングになっていくのです。これは子供だけではなく、大人もそうだと思います。きょうは帰りに鰹と昆布を買って、おいしい出しを作ってください。

柿澤:ありがとうございます。今日は皆さんと一緒に、本当に和食の魅力を探求できたかと思えます。会場から出た時に和食が伝えられる自分であったり、和食がおいしくつくれる自分であったり、和食の魅力を感じていただければと思います。皆さんには「和食っていいね」と心から思えるような、そんな日々を毎日送っていただきたいと思えます。今日は本当にありがとうございました。パネリストの皆さんありがとうございました。

欧州における文化庁文化交流使としての活動

中澤 弥子(長野県短期大学)



なかざわ ひろこ
中澤 弥子

(長野県短期大学 教授)

食文化研究者。
熊本県出身。

1989年お茶の水女子大学大学院家政学研究科食物学専攻修士課程修了。

1996年東京大学大学院医学系研究科保健学専攻

博士課程修了。博士(保健学)。現在、長野県短期大学教授。お茶の水女子大学大学院「食文化論」ゲストスピーカー。

長野県を中心とした地域の郷土食や農山村の食生活の研究をするとともに、食育活動にも積極的に取り組んでいる。料理の基本である包丁研ぎから日本の食材を活かした様々な調理や食事のマナーまで、料理・食に関する実習を数多く行っている。

このたび、「食文化」の分野で初めて文化庁より文化交流使としてご指名頂き、8月中旬から約2か月の間欧州7か国(フランス、ドイツ、ポーランド、ハンガリー、イタリア、スロバキア、イギリス)に参りました。文化庁文化交流使とは、平成15年度から始まった事業で、諸外国における日本文化への理解や日本と諸外国の芸術家・文化人等の連携協力を促進することを目的として一定期間諸外国へ派遣されるものです。私は、ユネスコで無形文化遺産として「和食：日本人の伝統的な食文化」が登録されたことを踏まえ、自然を尊重する日本の食文化のすばらしさを伝え、日本食レストランとは違う日本の家庭料理を、楽しく調理し、おいしく食べる体験によって、日本の食文化への関心をさらに深めていただければと願い、この活動を計画致しました。

文化庁、在外日本国大使館をはじめ、関係の皆様のご協力を得て、「日本の食文化—知恵と工夫の健康食—」や「健康長寿県 長野の食文化」をテーマとして、パワーポイントを用い逐語通訳で現地の言語または英語で講演致しました。また、千葉県郷土料理「太巻き祭り寿司」



バラの花」のワークショップや、味噌汁、肉ジャガ、もりそば等の試食会を行いました。日本食をおいしく提供するため、多くの方々からご支援を得て、米、信州ソバ、海苔、醤油、味噌、寿司用粉末酢等の食材や、卵焼き鍋、まきす、クッキングシートなどの調理

用品を日本から各国に送付、または、欧州内から調達致しました。現地では、生鮮食品の買い出しや調理など、快くご協力いただき、皆様のご支援、ご協力に感謝しながら、心を込めて調理致しました。

いずれの国でもワークショップを大変楽しんでいただき、試食会でも日本食をおいしく召し上がっていただきました。バラの花の寿司は、簡単に作れて見た目も美しいと喜ばれ、醤油をたっぷりつけて召し上がっていらっしゃいました。味噌汁や肉ジャガは、おかわりを希望されるほど、喜んでいただきました。在外大使館の方の「90年代初頭には、寿司というと生の魚だろうと気味悪がられ、



ご飯も味がなくてまずいと敬遠され、大使館レセプションではいつも寿司が多量に余っていた」という話からは信じられない状況で、日本食への理解が深まっていると感じました。講演後の質疑応答でも多岐にわたるたくさんの方の質問が出され、試食会での質問や感想、アンケートの結果

等から、おいしく、見た目もよく、健康的である点で、日本食が高い評価を得ているように思われました。講演の中で訪問国の食文化の特徴や優れた点についても感想を述べさせていただき、楽しい時間を共有することができました。

これらの経験から、日本の食文化をテーマにした文化交流活動は、相手の関心も高く、話題も豊富にあり関係を良好にするのに大変適していると実感致しました。文化交流使の活動において、他では得られない貴重な経験を数えきれないほど得て、多くのことを学び、たくさんの方と深くネットワークを構築することができました。皆様のおかげと心よりお礼申し上げます。



アジアのソイソース 『フィリピン、タイ、ベトナムにおけるソイソースの利用』

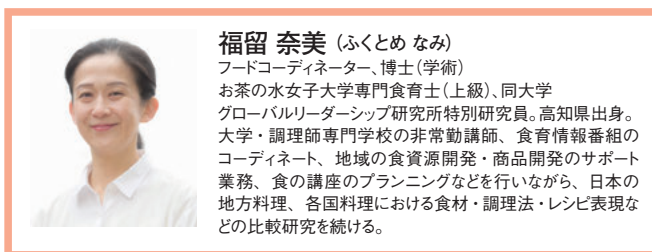
フードコーディネーター・調理文化研究家 福留 奈美

1. はじめに

「sashimiやsushiにはkikkomanよね。」というフィリピンの共同研究者の一言が始まりだった。フィリピンでは日本の醤油といえばkikkomanが代表的であるため彼女はそういったのであるが、日本の食べ物である’sushi’を味わうときには日本の’shoyu’でなければという感覚がフィリピンで浸透していることを知り嬉しく思った。そして同時に、フィリピンの’soy sauce’は何に、どのように使っているのだろうと疑問に思った。

アジア各国に、大豆や魚介類を塩で漬けて発酵させる調味料がある。日本のものとしては味噌、醤油が世界に知られているが、しょつつる、いしる等、魚介類を発酵させた調味料もある。タイやベトナムではフィッシュソースのナンプラーやヌックマムが有名であるけれど、ソイソースや味噌様大豆発酵調味料もあると聞いた。はたしてどのような使い分けがされているのか、素朴な疑問から調べることを始めた。

英訳すると一律に’soy sauce’と訳せるものがアジア各国に存在する。例えば、日本の醤油と韓国のカンジャンは、材料も作り方も異なることをアジアのソイ



福留 奈美 (ふくとめ なみ)
 フードコーディネーター、博士(学術)
 お茶の水女子大学専門食育士(上級)、同大学
 グローバルリーダーシップ研究所特別研究員。高知県出身。
 大学・調理師専門学校の非常勤講師、食育情報番組の
 コーディネーター、地域の食資源開発・商品開発のサポート
 業務、食の講座のプランニングなどを行いながら、日本の
 地方料理、各国料理における食材・調理法・レシピ表現な
 どの比較研究を続ける。

ソースシリーズ第一回 (FOOD CULTURE No.24) で紹介した。つづく本稿では、魚醤卓越地帯に含まれるフィリピン、タイ、ベトナムの3カ国を対象国に選び、ソイソースの利用について調べたことを報告する。

2. 塩味系発酵調味料の種類

発酵調味料には、うま味成分のほか酸味を多く含む酢、甘味を多く含むみりん、塩蔵により塩味を多く含む発酵調味料がある。ここでは、塩分を多く含む発酵調味料を塩味系発酵調味料と呼び、フィリピン、タイ、ベトナムの3カ国に日本と韓国を加えて一覧にまとめた(表1)。大豆やその他の穀物を原料とする穀醤(こくびしお/こくしょう)に比べ、魚やエビ、貝類等、海や淡水からの魚介類を塩漬けにして発酵させる魚醤(うおびしお

表1. アジア5カ国の塩味系発酵調味料

1. 国	2. ソイソース	3. 大豆・穀物ペースト (または固形物・液体)	4. オイスター風味のソース	5. フィッシュソース ※液体で透明のもの	6. フィッシュペースト、シュリンプペースト、塩辛類(原料)
日本	Shoyu	Miso, Shio-koji, shoyu-koji	Kaki-shoyu	Sakana-shoyu(Shotturu, Ishiru/Ishiri, Ikanago-shoyu)	Shiokara (Fish, Fish intestine/roe/milt/kidney, shrimp, squid, octopus, sea cucumber, ascidians, etc.)
	醤油	味噌、塩麹、醤油麹	牡蠣醤油	魚醤油(しょつつる、いしる/いしり、いかなご醤油)	塩辛(魚、魚の腸/卵/白子/肝、エビ・アミ類、イカ、タコ、なまこ、ホヤ等)
韓国	Gangjang	Doenjang, Gochujang, Cheonggukjang	(oyster sauce from China)	Aekjeot	Jeotgal (Fish, Fish intestines/roe, shrimp, shellfish, oyster, squid, crab and etc.)
	カンジャン	デンジャン、コチュジャン、チョングッチャン	(中国からの輸入オイスターソース)	エグチョ	チョッカル(魚、魚の内臓・卵、エビ・アミ類、貝類、牡蠣、イカ、カニ等)
フィリピン	Toyo	Tausi, Miso, Tahure	(oyster sauce from China)	Patis	Bagoong (Fish, shrimp, oyster, clams, fish roe, shrimp roe and etc.)
	トヨ	タウシ、ミノ、タフレ	(中国からの輸入オイスターソース)	パティス	バグオーン(魚、エビ・アミ類、牡蠣、二枚貝、魚卵、エビの卵等)
タイ	Si-iw	Tao chiau	Nam mun hoi	Nam pla	Nam Budu/Pla ra, etc. (Fish), Kapi, etc.(Shrimp), Poo dong(crab), Hoi dong(mussel), etc.
	シーユ	タオチオ	ナンマンホイ	ナンプラー	ナンプドゥ/プラーラなど(魚)、カビ(エビ・アミ類)、ブードン(カニ)、ホイドン(ムラサキガイ)等
ベトナム	Nuoc tuong, Xi dau	tuong, Chao	Dau hao	Nuoc mam	Mam(Fish, Shrimp, clams, sea urchin, Echinoidea family, etc.)
	ヌックトゥワン、シジャウ	トゥワン、チャオ	ジャウハオ	ヌックマム	マム(魚、エビ・アミ類、ウニ、貝、ゴカイの類等)

/ぎょしょう)は実に多様である。日本では、しょつづる等のフィッシュソースを魚醤(ぎょしょう)と呼ぶことが多いが、表1では石毛直道氏の分類に従い魚醤油(さかなしょうゆ)とした。

ソイソースは、各国で総称があり、日本では醤油、韓国ではカンジャン、フィリピンではタガログ語でトヨ、タイではシーユと呼ぶ。ベトナムではソイソースの一般名称はヌックトゥーンであるが、北方ではシジャウの方が一般的である。

一方、大豆・穀物ペースト(または固形物・液体)は、原料、作り方、色や形状が国ごとに異なるため一律に比較することができない。オイスター風味のソースは、タイで大豆ベースのソースを原料にして生産されているため、国産品の多いベトナムも含め記載した。製法や状態は異なるが牡蠣風味のソイソースということで日本の牡蠣醤油も加えた。フィッシュソースは各国に存在するが、ここでは原料の違いまでは言及しない。フィッシュペースト、シュリンプペースト、塩辛類は、魚、エビ・アミ類だけでなくさまざまな海産物、淡水の生き物が原料となり、地方性も豊かであり、調味料として使う国もあれば、そのまま食べることが中心の国もある。各国の塩味系発酵調味料に関する先行研究は多数ある。それらを統合して、詳細に比較するようなことができれば面白いと思う。

さてここで、本題であるソイソースに話をもどし、3カ国での利用状況に加え、日本の醤油の使われ方、日本でのアジア食材の広がり等についてみていくこととする。

3. フィリピンのソイソース利用

3-1. トヨを使うフィリピンの料理

代表的なフィリピン料理のひとつアドボは、肉や魚介類を酢でマリネして煮込んだり、そのまま蒸し煮にしたもので、食材や味付け、調理法にはかなりの多様性がある、フィリピン料理店でよく見かける代表的なものは、豚肉または鶏肉をトヨ(ソイソース)で煮込んだものである。アドボ専門の料理書に収録された200品近くになるレシピを調べたところ、トヨの使用率は7割近くであった。アドボにはトヨをよく使うとあってよさそうである。

アドボに限らず、他の煮込み料理でもトヨは使われる。パタティムは、中国風のフィリピン料理として定着した料理で、豚の骨付き肉やバラ肉をトヨとオイスターソースで煮込む。タパは肉料理で、塩とスパイスで塩漬



豚肉のアドボ 豚骨付き肉のパタティム ビーフタパ

け、または干した肉を薄く切り、砂糖とトヨで甘辛く味付けして焼いたもので、ごはんや目玉焼きを添えて食べる。フィリピンの朝食メニューの選択肢に、豚肉または牛肉のタパは必ず含まれている。

タガログ語でつけダレを意味するsawsawanは、フィリピンの重要な食文化のひとつとされる。料理の味付けは、テーブル上で各人の好みに合わせてsawsawanをかけることで完成するという考え方である。パティス(フィッシュソース)やトヨにカラマンシーや酢で酸味を、タマリンドで酸味と甘味を足し、ニンニクやタマネギのみじん切りを加えたsawsawanがロースト肉や魚の蒸し煮等に添えられる。フィリピンの代表的かつ唯一ともいえる香酸柑橘であるカラマンシーは、トヨとの相性がよい。トヨ・カラマンシーをと頼めばどこのレストランでも気軽に出してくれ、炒め物や肉料理、ごはん等にかけて使う。大手メーカーが製品化したものも出回っている。



蒸し物に添えたトヨのつけダレ トヨのカラマンシー添え 市販のカラマンシー果汁入りトヨ

3-2 フィリピンのソイソース消費と分類

フィリピンの全国栄養調査(表2)によると、ソイソースと魚醤3タイプの日当たり消費頻度はほぼ同じであるが、消費している世帯の割合はソイソースが3割を超え、家庭では魚醤よりもより一般的に使われていることがわかる。

大型スーパーの国産ソイソース売場には、小袋包装(60mL~)のものから1ガロン(3.785L)容器まで、大手3社(Silver Swan, Datu Puti, Marca Piña)の他にも3~4社のブランドが並んでいる。隣接する魚醤の販売棚よりも売場は広い。

ソイソース売り場には、'Soy sauce, Chinese soy sauce, Seasoning sauce'の3タイプが並んでいる。一般的に、フィリピンのトヨは日本の醤油に比べて色が濃く塩味が強いと認識され、合わせ調味料にしたり、加熱調理に使うものとされる。チャイニーズソイソースも加熱調理に使われ、シーズニングソースはマ

表2. フィリピンにおける調味料の消費頻度および消費世帯比率

品目	消費頻度 (1日当たり)	消費世帯 (%)
砂糖	1.3	81.1
ココナツオイル	1.5	70.5
塩(粗塩)	1.0	64.9
ソイソース	1.0	30.8
ヨウ素添加塩	1.0	14.6
ピネガー(ココナツ)	1.0	14.3
ピネガー(パイナップル)	1.0	14.2
ココナツクリーム	1.0	13.9
パブオンイスダ、ギナモス(フィッシュペースト)	1.2	10.1
パティス(フィッシュソース)	1.0	6.1
アラマン(シュリンプペースト)	1.0	4.7
マヨネーズ	1.1	2.2

*36,634世帯(17地方、3,377地区)の調査
*第7回全国栄養調査(2008)報告, FNRI-DOST, 2010より抜粋

ギーに代表されるように卓上で目玉焼きにかけたりごはんにかけてたり万能調味料として使われる。

通商産業省 (DTI) 製品基準化局 (BPS) が策定するフィリピン国家規格 (PNS) においては、ソイソースは 'Fermented (発酵)'、'Hydrolyzed (加水分解)'、'Blend (混合)' の3タイプに分けられている (表3)。原材料表示の例を、代表的なブランドについてまとめた (表4)。フィリピンのソイソース作りは、古くは家庭で甕に仕込む中国式的のものであったが、近代になって日本の醤油作りの技術を取り入れ産業化してきたという。詳しくは、Sanchez博士の著書*を参照いただきたい。

フィリピン大学の共同研究者を含む6名と表4中の1,2,3,5,8,9についてテイスティングをした。意見をまとめると、1,3,5は塩味が強く、とくに5はフィッシュソースのパティスのような塩辛さから 'fishy' に感じる、3はケミカルフレーバーが強く好きではないけれど料理にはよく使っている、2,8は塩味が弱く甘味があってバランスがよく、ごはんにそのままかけるのにいい、9は香りも味も他とまったく違い大豆フレーバーが強く塩味が弱くて刺身や寿司に合わせたい、という評価であった。私自身は2,8,9にうま味を強く感じたが、フィリピンの方からはUMAMIについてのコメントはなかった。

フィリピンでは、UMAMI=グルタミン酸ナトリウム (MSG) のイメージが強く、食材や調味料の味わいを評価するときUMAMIについて意識することは少な

いという。フランスの食品科学の研究者からも同様の話を聞いたことがある。UMAMIは五つの基本味のひとつであり、日本の食文化を説明するときには欠かせない重要なキーワードである。改めて、諸外国でUMAMI理解の啓蒙活動が必要であると感じた。

3-3. フィリピンにおける醤油の利用

マニラの商業中心地マカティでは、1食600~700ペソ (約1600~1900円、2015.4.10現在) の食べ放題の店が人気である。そのひとつYakiMIXでは、寿司、天ぷら、すき焼きの日本料理コーナーが独立してあった。



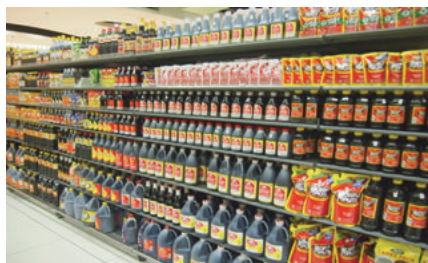
YakiMIXの寿司コーナー フードコートの持ち帰り寿司 寿司講習を行う高橋秀之講師

フィリピンでは、寿司にワサビ醤油をつけるだけでなく、カラマンシーの果汁を醤油にしぼりこんで合わせる人も多い。フードコートの持ち帰り寿司にも生のカラマンシーが添えてあった。江戸前寿司職人養成校の東京すしアカデミー (新宿) は、シンガポールに姉妹校があり、マニラでも地元の料理学校と提携して寿司コースをスタートした。アジアの寿司事情に詳しい高橋講師によると、フィリピンの寿司はロール中心で、にぎりでもマヨネーズをトッピングするものが多いという。カラマンシーの酸味がきいた醤油で試してみると、油脂分の多い'sushi'をさっぱりとおしくいただけました。日本でも料理にポン酢を使うことはよくあるが、寿司には白身の魚など限られたネタにしか使わない。今後世界のどこかで、'sushi'に香酸柑橘果汁入りの'shoyu'が使われるようになったとしたら、それはフィリピン発の食べ方といえるのかもしれない。

4. タイ

4-1. シーユーを使うタイの料理

アイアンシェフとして知られ、タイ伝統料理の振興に尽力するレストラン「サイアムウィズダム」のチュンポ



国産ソイソース売場

主要のブランドのトコ



表4 中の番号、1,2,3,4,5



表4中の番号6,7



表4中の番号8(右のボトル)



1ガロン容器が並ぶ棚

表3. フィリピンの国家規格のソイソース分類

ソイソース	
■総窒素 (BAFPS PNS*)	最小0.4%
■3MCPD**(MC***4s. 2002)	最大1ppm
■(PNS 274:1993, DTI-BPS****)	発酵 Fermented 加水分解 Hydrolyzed 混合 Blend
pH	4.3 - 5.0
食塩 %, (m/m)	15 - 25
無塩可溶性固形分	5
総窒素 %, (m/m), 最小	0.6 0.4 0.6
アミノ態窒素 %, (m/m), 最小	0.20 0.14 0.20
耐塩性酵母総菌数	20

* BAFPS PNS : 農水産物基準局 フィリピン国家規格
 ** 3MCPD : 3-クロロ-1,2-プロパンジオール
 *** MC (局通知) 4s. 2002
 **** DTI-BPS : 通商産業省 製品規格化局

表4. ブランド・製品別 原材料表示 (例)

ブランド名	製品名	原材料
1 Silver Swan	Soy Sauce	水、大豆抽出物、小麦粉、ヨウ素添加塩、カラメル、安息香酸ナトリウム0.1%未満
2 Datu Puti	Soy Sauce	水、大豆たんぱく加水分解物、ヨウ素添加塩、カラメル色素、グルタミン酸ナトリウム、酸味料、ソルビン酸カリウム、香料、合成着色料
3 Marca Piña	Soy Sauce	水、大豆、ヨウ素添加塩、カラメル、小麦、安息香酸ナトリウム
4 Coconut Brand	Soy Sauce, Fermented	水、塩、小麦粉、(自然)たんぱく加水分解物、濃縮ソイソース、カラメル色素
5 Carp	Premium Soy Sauce, Naturally Fermented, All-Purpose Seasoning	大豆、塩、カラメル、小麦粉、その他香辛料
6 SM Bonus	Premium Soy Sauce	大豆、小麦、砂糖、ヨウ素添加塩、水、保存料 (安息香酸ナトリウム) 0.1%未満
7 SM Bonus	Chinese Soy Sauce	小麦粉たんぱく加水分解抽出物、大豆、水、塩、カラメル色素
8 Sure Buy	Seasoning (All-Purpose)	大豆、小麦、砂糖、ヨウ素添加塩、水、保存料 (安息香酸ナトリウム) 0.1%未満
9 Kikkoman (imported from Singapore)	Naturally Brewed Soy Sauce	水、大豆、小麦、塩、保存料 (安息香酸ナトリウム)

参考文献 : *1 Prischilla Chinte-Sanchez, 'Philippine fermented foods Principles and technology', The university of the Philippines press, Philippine, 2008

ルシェフは、タイの伝統料理は魚介を発酵させたナンプラー（フィッシュソース）やカピ（シュリンプペースト）で作るもので自分のレストランではシーユー（ソイソース）はほとんど使わないという。ランチにおすすめのタイメニューを選んでいただいたら、見た目には中国の空芯菜炒めに見える料理でもカピが使われていた。



チュンボル・ジャンプライシェフ



タイカレー、トムヤムクンと青菜炒め

一方、タイの共同研究者にシーユーが欠かせないタイ料理を尋ねると、いくつかの代表的なものがあげられた。

パッタイは、タイの代表的な麺料理で、やや太めの米粉麺（ビーフン）を炒めて、シーユー（またはシーズニングソース）とナンプラーを組合わせて味を付ける。人によってはナンプラーだけを、あるいはシーユーだけを単独で使う人もいる。

カオパッカプラオは、タイバジル入りのシーユー炒めで、豚、鶏、牛、内臓、魚介類と主材料は何でもよい。ひき肉で作ったものが、ガパオと呼ばれて日本でも知られてきた。

クアイティアオパッシーユーは、クアイティアオ（潮州系華人がもたらしたとされる米粉麺の総称）をシーユー（ソイソース）でパッ（炒める）料理である。麺に限らず野菜や肉をシーユーで炒めた料理はパッシーユーと呼び、タイでは一般的である。クアイティアオには、幅の太いセンヤイ、細いセンレツ、極細のセンミー等の種類がある。クワイティアオムナームとなるとム（豚肉）の入ったナーム（スープ）の麺となり、フードコートで食べた汁麺はシーユーで味付けされていた。



パッタイ(タイのビーフン炒め)



カオパッカプラオ
(タイバジルの炒め物)



クアイティアオムナーム
(豚肉スープの米粉麺)

タイでは、一部の伝統料理は別としても、タイ料理なのか中国料理なのか、そういった区別があまりされずに日常的にシーユーを使った料理が食べられているようである。そんな中、中国色が強いことがわかりやすいタイ料理として、パッパップーンファイデー（空芯菜炒め）とクンオップウンセン（エビと春雨の土鍋炒め）があげられる。どちらもシーユーにオイスターソースを組合せて味付けをする。

タイレストランと料理教室を国内外で展開するブルーエレファントで料理講習を受けた。チャールズ・ブラナ講師によれば、タイでは塩味をつけるためにシー

ユーカオ（ライトソイソース）を、濃い色と甘味をつけるためにシーユーダム（ダークソイソース）を併用して使い、中国風のタイ料理ではシーユーにナンプラーやナンマンホイ（オイスターソース）を組合せることも多いという。タイ家庭料理の本でも、シーユー、ナンプラー、ナンマンホイを組合せて使っている例がいくつも見られる。日本ではこいくち醤油とうすくち醤油を併用することは少ない。フィリピンでは、ソイソースの種類として色や味わいに大きな違いがないため、組み合わせることもない。それに対し、タイの特徴的なソイソースの使い方として、濃度や甘味、色に違いのあるライトタイプとダークタイプのシーユーを組み合わせ、仕上がりの色と味をコントロールするということがわかった。また、タイでは、シーユーやナンマンホイにナンプラーを組合せることで、中国風の味をタイ風にアレンジして受容したものと考えられた。



エビと春雨の土鍋炒めの材料と出来上がり(料理教室にて)



チャールズ・ブラナ講師
(ブルーエレファント料理教室、バンコク)



シーユーを使った空芯菜炒め
(バンコク市内のタイ料理店にて)

4-2. タイのソイソース消費と分類

タイのテーブルソースの消費量をみてみる。ソイソースと大豆ペーストを含む大豆ベースのソースの消費量は15%であるが、金額としては31%を占め、ナンプラーよりも単価が高いことがわかる(図1)。

大豆ベースのソースの内訳(図2)をみてみると、総額58億タイバーツの半分以上をシーズニングソースが占め、ライトソイソース(シーユーカオ)は2割、スイートソイソース(シーユーワン)、ダークソイソース(シーユーダム)、大豆ペースト(タオチオ)は各々1割以下である。

Thai Industrial Standards Institute (TISI) ではソイソースを大きく3つに分けている(表5)。

中でも発酵タイプのソイソースは、ライト、ソルトダーク、ダーク、およびスイートソイソースの4つに分けられている。ソルトダークソイソースは、甘味が少なく濃いタイプで、カオパッカプラオに向くとされ、市場でのシェアは非常に少ないが地方の小さなブランドが料理人の間で知られている。一般市場では、ダークとブラックは同じ意味で使われており、ダークまたはブラッ

図1 タイにおけるタイプ別ソース類の市場割合

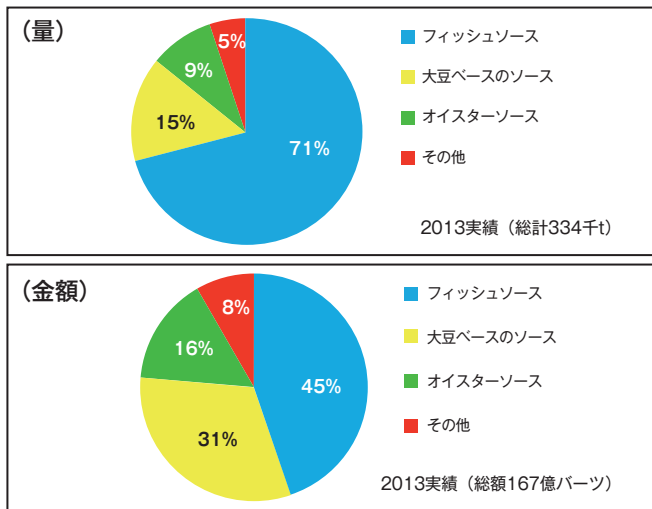
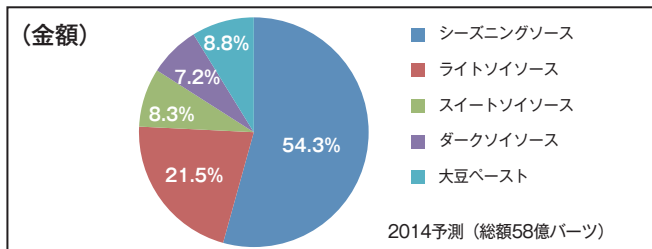


図2 大豆ベースのソースのタイプ



出典: Euromonitor International, 2014, Sauce, dressing and condiments in Thailand

クソイソースはライトソイソースに甘味、色、粘性等を加え調味したもので、料理に少しの塩味と甘味、濃い色をつけるために使われる。一方スィートソイソースは、廃糖蜜等の甘味料が主原料で、ライトソイソースの含有比率は低く、主に甘味付けと色付けのために使われる。このほか、ブラックスィートソイソースという中間的なものがあり、メーカーが独自に配合している。

ケミカルソイソースは、市場ではソースプルンロット(シーズニングソース)と表示され、国産ブランド品は緑キャップのパッケージで売られていてわかりやすい。ヘルシーボーイ社で価格を比べてみると、300mLの1番搾りのライトソイソースが24パーツであるのに対しシーズニングソースは19.5パーツと割安感がある。

セミケミカルソイソースは、日本語からの'shinshiki shoyu'が対応しているが、JASの混合醸造方式(新式醸造とも呼ばれる)とは正確には作り方が異なり、実用化に向けて実験的に生産されているとのことである。

タイのブランド別市場占有率をみると(図3)、大手

表5 タイにおけるソイソースの分類と定義

分類	タイ語表記	意味	定義
1. 発酵ソイソース	シーユー	ソイソース	自然発酵の工程によるソイソース
1.1 ライトソイソース	シーユーカオ	白いソイソース	調味料・着色料を添加または無添加の発酵ソイソース、1.2、1.3、1.4、3、4のベースとなる
1.2 ソルトダークソイソース	シーユーダムケム	塩味の黒いソイソース	1.1の発酵を進めることで、より濃い色で濃縮したもの
1.3 ダークソイソース	シーユーダム	黒いソイソース	1.1と甘味料を混合し、好ましい色、濃さ、味にしたもの
1.4 スィートソイソース	シーユーワン	甘いソイソース	少量の1.1を甘味料に混ぜ、好ましい甘さに調整したもの
2. ケミカルソイソース	ソースプルンロット	調味ソース	酸加水分解した大豆由来のソース
3. セミケミカルソイソース	シンシキ ショーユ	日本由来の名前と技術をもつが日本の新式醤油とは異なる	発酵と酸分解を組み合わせて味わいと香りを維持しつつ製造期間の短縮を進めたもの

出典: Thai Industrial Standards Institute(TISI)

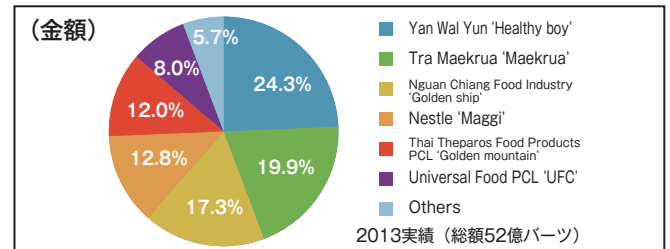
6社で95%近くを占め、マギーブランドをのぞいても80%が国産メーカーのもので、その他に含まれる日本の醤油ブランドは1%未満である。

最大手メーカー ヘルシーボーイの各タイプ



1番搾りライト/ブラック/スィート/ブラックスィートソイソース
緑キャップのシーズニングソース
タイでソイソースを最初に作り始めたNguan Chiang社(1912年創業)の船のマークが目印

図3 大豆ベースのソースのブランド別市場占有率



出典: Euromonitor International, 2014, Sauce, dressing and condiments in Thailand

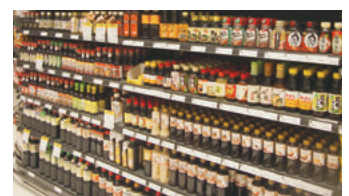
4-3. タイで広まる日本の醤油味

世界のラーメンブームの中では、濃厚な白濁した豚骨スープのラーメンが人気である。豚をよく食べるフィリピンでも、博多系豚骨ラーメンの店が大成功していた。一方タイでは、50年近く前に石川県でラーメン店を始めた株式会社ハチバンが、1992年バンコクで「8番ラーメン」の第一号店をオープンした。現在110店舗を展開し、石川県の人だけでなく、タイの人にとってもラーメンといえば'Hachi-ban'なのだそう。その一番の人気メニューが醤油ベースの野菜ラーメンで、それにも日本式の醤油が使われていて、タイ消費者の間に根付いていることが面白い。

また、バンコクの大型スーパーでは、日系調味料売場が充実していることに驚いた。輸入品だけでなく、アジアで現地生産されているものも含め醤油や醤油ベースのタレ製品がずらりと並ぶ。中国醤油の影響を色濃く受けていると見受けられるタイにあって、今後、日本式の醤油の味はどのように広まっていくのだろうか。注目したいところである。



8番ラーメンの看板メニュー 野菜ラーメン



大型スーパーの日系調味料売場

5. ベトナム

5-1. ヌックトゥーンを使うベトナムの料理

ベトナムの麺には大きく4種ある。フォー、ブン、フー・ティウはベトナムを代表する米粉の麺であり、ミーは小麦粉の中華麺である。汁麺はヌックナム（フィッシュソース）で味を付けることが多く、ミーや西洋のパスタ等、小麦粉を使った麺にはヌックトゥーン（ソイソース）を用いることもある。カフェで見かけたチャイニーズ・スパゲッティというメニューでは、パスタをヌックトゥーンで味付けしていた。日本では、醤油味のパスタを和風パスタと呼び日本の味として醤油を使う。しかしベトナムでは、少なくともホーチミンでは、ヌックトゥーンは中国風のイメージを与えるものようである。

街中の食堂やデリショップでよく見かける豚の角煮にゆで卵を添えたティコチウンにもヌックトゥーンは使われる。ティは肉を、コは煮る、チウンは卵を意味する料理で、持ち帰り弁当のごはんには、水と砂糖を加えたヌックトゥーンのタレが添えられていた。食堂でもつけ合わせの野菜やごはんにかけるために、生唐辛子の輪切りが入ったヌックトゥーンのつけダレがついてくる。シーズニングソースやソイソースベースのタレをごはんにかけて食べるというのは、フィリピン、タイ、ベトナム3カ国で共通した食べ方であった。

このティコチウンと同様の料理は、フィリピンにもタイにもあり、日本でも豚の角煮、沖縄ではラフテーとして親しまれている。大豆を発酵させた「醤」が中国起源とするならば、この料理は中国由来の料理として各国で受容され、比較的原形をとどめたまま定着しているひとつの例といえるのかもしれない。



豚角煮とゆで卵のランチセット、ヌックトゥーンのつけダレ付き



デリショップの角煮弁当

しかしホーチミンでは、ティコチウンをヌックトゥーンではなくヌックナムで味付けする人もいるという。ベトナム料理教室an comを主宰するベトナム料理研究家の伊藤忍氏によると、中部や北部ではシジャウ（ソイソース。北ではヌックトゥーンとは呼ばない）を使う料理が多くあるのに対し、ホーチミンなど南の方では料理の味付けをヌックナムですることが多いという。南北に長いベトナムは、中・北部と南部では歴史的背景が異なり、隣国との交わりや中国からの影響の受け方も時代によって違う。

ホーチミンの食堂で、醤油色に見える魚の煮付けを食べた。見た目はソイソースそのものであるが、ヌック

トゥーンではなくヌックナムで味をつけているという。ベトナムでは、砂糖を焦がしたり、カラメルで料理に濃い色と風味をつけ、塩味はヌックナムでつける料理がいくつもある。魚介の汁だけでなく、肉が主体の麺や煮込み料理であっても、フィッシュソースのヌックナムを組み合わせることをする。

ベトナムのヌックトゥーンのタイプについては後述するが、ベトナムには、タイにあるようなドロリと濃くて色を付けるためのダークタイプのヌックトゥーンはない。それは、ココナッツウォーターを煮詰めて作る「カラメル」が伝統的な食材として存在するためだと考えられる。カラメルは、ココナッツウォーターを使っているかどうかと、その比率で値段が異なる。



ヌックナムの青魚の煮付け



醤油色に見える汁でもヌックナムで味をつける

ベトナムには、ヌックトゥーンが欠かせない料理分野がある。仏教の寺に隣接する精進料理レストランでは、ヌックナムやナムトム（シュリンプペースト）のかわりにソイソース、大豆ペースト、ピーナツソース等が使われる。



カラメル(真ん中はココナッツウォーター100%のもの)



寺に隣接したレストランの料理



ホーチミン市内中心部にある
ヴィンギエム寺院

5-2. ソヤソースのタイプ

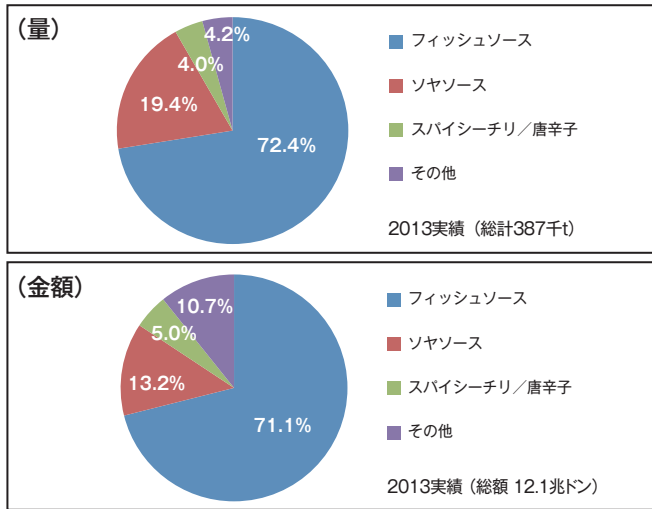
ベトナムでは、ヌックトゥーンのことを'soy sauce'ではなく'soya sauce'と表記し、ソヤソースと発音する方が一般的である。'Soy'は、スペイン語で'soja (ソハ)、soya (ソヤ)'、フランス語で'soja (ソジャ)、soya (ソヤ)'という。フランス統治時代を含め、ヨーロッパの影響を受けた名残が残っているものと思われる。

ベトナムでは、量ベースでも金額ベースでも、ソース・ドレッシング調味料類の消費は、フィッシュソースのヌックナムが70%強を占め、ソヤソースは20%未満である(図4)。

調味料最大手のマサン社では、安全性に配慮した高級路線の商品でシェアを拡大し、2011年にはソヤソースの売上の78%を占めるに至った。マサン社の調べに

よると、ベトナムでの一人当たりのソヤソースの消費金額はタイに比べて低く、今後まだまだ売上増の可能性があると、市場拡大を狙っている。

図4 ベトナムにおけるタイプ別ソース類の市場割合



出典: Euromonitor International, 2014, Sauce, dressing and condiments in Vietnam

ベトナムでは、国家基準(略称TCVN)によってヌックトゥーンを3つのタイプに分類している(表6)。

ホーチミン市内の大型スーパー2カ所で売られているヌックトゥーンを集めてみた。計7社、23アイテムのヌックトゥーンがあり、原料としては、大豆に加えてピーナッツを原料に使っているものが多いことが、ベトナムの特徴であった。

タイ同様にベトナムでは、ソヤソースの製法は甕で仕込む中国式を原形としている。ろ過の工程では、袋にもろみを入れて自然に滴り落ちる1番搾りの液体と、残りかすに塩水を通して2番搾り以降、塩水抽出を重ねて窒素分を取り出した液体を区別して製品化する会社が多い。ちなみに日本では袋に入れたもろみを重ねて圧搾し、1回で搾り切る方法をとる。

ヌックトゥーンを市場で見ると、商品ラベルには国家規格の分類ではなく、次の3つの名前で区別して売られていた。1)スタンダードタイプは無印、またはタンヴィ(薄い、lightの意味)の表記がついたもの、2)ダムダックまたはハオヴィ(いずれも濃い、濃縮したの意味)は濃いタイプ、そして3)シーズニングソースである。

1)と2)は言葉の意味からは日本のうすくち、こいく

表6. ベトナムにおけるソイソースの製法による分類基準

分類	ベトナム語表記	定義
自然醸造によるソイソース	ヌックトゥーン レンマン	大豆または大豆と穀物の混合物を原料に、アスペルギルス・オリゼ、および/またはアスペルギルス・ソヤ等のカビ・酵母・菌類を加え、加塩して発酵・醸造したソイソース。甘味料の有無は問わない
醸造によらない、加水分解によるソイソース	ヌックトゥーン チュウイファン	大豆および/または脱脂大豆、脱脂ピーナッツを酸または酵素で加水分解し、加塩して発酵・醸造したソイソース。甘味料の有無は問わない
混合ソイソース	ヌックトゥーン レンマン ケトホップ チュウイファン	大豆または大豆と穀物の混合物を醸造したものと酸または酵素で加水分解したものを混合したソイソース

ちを想像するが、味は若干違うものの、見た目も濃さもそれほど変わらないように感じた。聞くところによると、1)はそのまま料理にかけても食べられる薄さで価格も低いため料理店などで使いやすいタイプ、ハオヴィは濃いタイプなので水や酢を加えてつけダレにする、というような使い分けがされているようであった。



調味料メーカー、アイテム数ともに多い

マサン社のトップ3ブランド、チンス(左)は微生物による発酵・醸造をうたった商品。1番搾りタイプ(中)には'長男'、セカンドクラス(右)には'次男'の意味の名前がついている

大手3社の左は無印/タンヴィ(薄い)タイプ、右はダムダック/ハオヴィ(濃い)タイプ

また、ベトナムでは、ヨウ素添加をうたった調味料が多く、ヨウ素添加塩を使ったヌックトゥーンがいくつもあり、ラベルデザインでI-OTの文字を強調している。



コンビニで売られていたヨウ素添加塩

5-3. 魚醤文化の強いベトナム

ベトナムでも、フィリピン、タイ同様につけダレ文化が発達している。マム(魚やエビ・アミ類のペースト)、ヌックマム(フィッシュソース)、トゥーン(大豆ペースト)、ヌックトゥーン(ソイソース)は、酢、香酸柑橘の搾り汁、砂糖、果物、ピーナッツなどさまざまな調味料、食材と組み合わせたり、つけダレに加工されて食卓に並ぶ。



ホテルの朝食ビュッフェで選べるつけダレ 食堂の卓上調味料の瓶

今回訪問した3カ国を、ソイソース 対 魚醤という対比でみてみると、フィリピン、タイ、ベトナムの順にソイソースの利用率が高く、ベトナムでもとくに南部のホーチミンでは魚醤文化が強いように感じた。

表1に示したように、各国に魚介類を発酵させた塩辛・ペースト類は多様に存在するが、マニラ、バンコク、

ホーチミンという都市部の大型スーパーマーケットで今回見た限り、フィッシュペースト、シュリンプペースト等の種類、ブランド数ともにホーチミンがとくに多かった。スーパーマーケットの棚には、瓶詰された魚とエビ・アミ類の塩辛・ペーストが10種、15ブランドが並び、フレッシュマーケットの手作り品を売るお店では、固形物とペースト状にひいたものが計10種近く売られていた。干物屋で売られる

小エビや魚の干物の種類は30種以上にものぼり、海産物や淡水からの産物の多さに驚いた。ちなみに、タイのナンプラーは、ベトナムのヌックマムの影響を受け20世紀に急速に広まったと嵐山氏は語っている (FOOD CULTURE No.6)。

以上、フィリピン、タイ、ベトナムのソイソースおよび塩味系発酵調味料に着目し、現地をまわって集めた情報を紹介した。知れば知るほど分からないことが分かってくるものである。

6. 日本の中のアジア

さて、アジアの食材・調味料や加工食品は、日本のどこに行くと買えるのであろうか。各地にある中華街では、食器、雑貨も含めて中国系の食材の多くが入手可能である。東京では、多国籍の食材が揃う街として上野のアメ横が知られ、アメ横センターの地下食品街ではアジア各国の調味料や乾物、鮮魚などを買い揃えることができる。錦糸町にもアジア全般の食材が揃う食料品店があり、とくにタイ、ベトナム、インドネシア、フィリピン、インドなどの食材・スパイス類が充実している。新大久保に韓国料理店と食材店が集まっていることは前報で報告した。



アメ横センター



地下の食料品店で多国籍の調味料が売られている

コンビニエンスストアでインスタントヌードルのフォーは定番商品となり、100円ショップのレトルトコーナーではタイのグリーンカレー、レッドカレー、インドのキーマカレー等が売られるようになった。ベトナムのコーヒーやかき氷チェはオシャレなアジアカフェの定番メニューである。少し前まで「エスニック料理」とひとくくりされていた感のあるアジアの料理が、国ごとの特徴を知り、日常的に味わえるようになり、料理教室では詳細な作り方を輸入食材や調味料の情報とともに学べるようになってきた。今後ますますアジアの食文化は細分化され、世界に広がっていくのではなからうか。

そんな中、日本は日本の食文化をどのように世界に

発信していけるのか。ユネスコ無形文化遺産に和食が登録されたことは、裏を返せば和食が絶滅危惧される無形遺産であるからだという人もいる。若い世代が日本の食べ物のことに関心をもち、日本の郷土の味を知り、自分の言葉でそれぞれの違いを表現し発信していけるようにするには、情報整理が不可欠である。アジアの国々にある食材・調味料・料理の数々。何が同じで何が違うのか、これからも調べていく必要があるだろう。

7. 最後に

本稿の作成には、フィリピン、タイ、ベトナムの共同研究者である先生方に多大なご尽力をいただいた。ここに感謝申し上げる。ある地域の食文化を知るには、フィールド調査が欠かせず、現地の言葉を習得し、フィールドに入り生活を共にする中でのみ知り得ることが多分にある。その意味で本報告は、筆者がこれまで個人的に、また研究対象として複数回訪問して知り得た情報に限るもので十分とはいえない。足りない部分を現地の共同研究者たちに補足していただき、何とかまとめたものである。

原語のアルファベット表記、並びに和文原稿については日本語での表記の標準化が十分にはできず検討課題が残った。タイ、ベトナムの国家規格については、原語を担当者が英訳したものを日本語に訳した。タイ語のカタカナ表記についてはお茶の水女子大学で食関連用語のタイ語・日本語翻訳研究をされたパツタラーパン・ブンナーク氏に助言をいただいた。

食関連用語の多言語比較、食材の利用法をはじめとする調理文化の国際比較研究は、課題も多いが非常に面白い。本調査で得られたいくつかの知見は貴重な研究の種(仮説)となるであろう。アジアの一員として、個人の方は僅かなものであるが、各国の研究者とのネットワークを大切に育てながら、今後も調理文化の国際比較研究を発展的に続けていけたらと願っている。



フィリピンのメラニー
ヘンソン ナルシソ氏

<フィリピン>

Melanie Henson Narciso, RND, MSc, Assistant Professor, Institute of Human Nutrition and Food College of Human Ecology, University of the Philippines Los Baños

<タイ>

Ravipim Chaveesuk, Assitant. Professor, and Ajchara kessuvan, Ph.D, Agro- Logistics and Supply chain Management, Department of Agro-Industrial Technology, Faculty of Agro-Industry, Kasetsart University

<ベトナム>

Nguyen Thi LanPhi, Ph.D, Lecturer, Faculty of Chemical Engineering, Vietnam National University -HCMC University of Technology



タイのラヴィピム
チャウィースク氏(右)とアチャラケッス
ヴァン氏(左)



ベトナムのグエン
ティ ラン フィ氏

【流山白味淋200周年記念イベント】報告 産官学コラボ・「和食とみりん」食文化講座

(2014年7月20日(日) 流山市生涯学習センターにて)

江戸時代後期の文化11(1814)年、二代堀切紋次郎が下総国流山(現在の千葉県流山市)で「白味淋」の開発に成功し販売を始めてから、昨年で200年になります。キッコーマン国際食文化研究センターは記念イベントのひとつとして、流山市、千葉県立流山高等学校との産官学コラボによる「和食とみりん」食文化講座を開催しました。当日は満席の会場の中、みりんに関する講演につづき、生徒たちによる本イベントの告知ポスターとみりんを使った創作レシピの優秀作品発表、柳原尚之氏と生徒による活発な自由討論が行われました。

講演

◆流山と白みりん

流山で現代のみりんにつながる白味淋が誕生した歴史的背景について

流山市立博物館 主任学芸員 川根 正教氏

◆江戸の料理とみりん

江戸期における料理本にみるみりんのレシピについて

江戸懐石近茶流 嗣家 柳原 尚之氏



◆みりんの基礎知識

みりんの特徴、使い方について

流山キッコーマン(株)商品開発部長 依田 崇氏

自由討論 テーマ「私たちの食習慣と和食の継承」

第3学年の生徒156名へのアンケート結果をもとに、柳原尚之氏と生徒代表3名による自由討論が行われました。生徒たちの「食ることや料理への関心」や「家庭での食事の実態」について討論は始まり、昨年の12月にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」に関連して「日本の食文化を保護し次世代へ継承すべきか」など幅広いテーマが取り上げられました。朝食の欠食や夕食を家族と一緒に食べない理由について、生徒たちからは「朝食より寝る方が優先」などと飾らない素直な意見も出て、会場から笑いがもれる場面も度々ありました。



ポスターおよびみりん創作レシピ優勝作品の発表

◆ポスター部門

商業科の生徒が昨年からの取り組み「地域連携プロジェクト」の一環として、本イベントの告知ポスターの制作に取組みました。流山白味淋の歴史や魅力のエッセンスを盛り込んだポスター125作品の中から優秀作6作品が紹介されました。



◆レシピ部門

みりんを使った創作レシピ部門では、「食品加工」と「フードデザイン」を専攻する生徒達それぞれが、得意とする知識を生かしたオリジナルレシピを開発。校内で取れた農産物を使った「肉じゃがパン」「ブルーベリーカスタードパイ」、メレンゲをのせた「ふわとろ麺」や和食のヘルシーな良さをとり入れた「四季のパスタ&マチェドニア」など、みりんの使い方に工夫を凝らした逸品のレシピを発表しました。



四季のパスタ

旬の素材を生かしたパスタ。秋のパスタはみりんを使って和風味に仕上げました。



ふわとろ麺

みりんを加えて作っためんつよを混ぜ合わせたメレンゲとトマト、アボカド等をトッピング。



肉じゃがパン

肉じゃがを包み込んで焼き上げた和風の惣菜パン。パン生地にもみりんを加えふわふわに。



ブルーベリーカスタードパイ

サクッとした食感と、みりんを加えて作ったフィリングの素材感が同時に楽しめます。

産官学のコラボレーションによる今回のイベントは、日本の食文化の伝統を引き継ぐ若い世代が「和食」について考え、しようゆと共に日本の食文化を支えてきたみりんの知識と魅力を学ぶ良い機会となりました。

キッコーマン国際食文化研究センターのご案内

キッコーマン国際食文化研究センターでは、各界著名人によるわが国をはじめ世界各国の食文化情報を提供する「食文化セミナー」の開催、パネルによる展示、食と食文化関連蔵書および史資料の公開などを行っております。また新装なったデジタルデータ検索システムにより、さらに有効にご活用いただけるようになりました。



閲覧コーナー



キッコーマン野田本社



図書コーナー



デジタルデータ検索システム

キッコーマン
国際食文化研究センター



常設展示コーナー



検索システムトップページ



食文化セミナー



<http://www.kikkoman.co.jp/kiifc/>

キッコーマン国際食文化研究センター

〒278-8601 千葉県野田市野田 250 TEL: 04-7123-5215 FAX: 04-7123-5218

<開館時間> 10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 17:00

<休館日> 土・日曜日、祝日、年末・年始、ゴールデンウィーク、旧盆

※詳細は当センターへお問い合わせください。



キッコーマン国際食文化研究センターのマーク

このマークは世界三大穀物のうち、世界とわが国の食文化に深い関わりのある米と麦を「亀甲」型の中に配したものです。「亀甲」色は、しょうゆをイメージした、深みのあるむらさきです。穀物の色は、たわわに実った「こがね色」です。

©キッコーマン国際食文化研究センターは、東アジア食文化研究支援の一環として、ドイツ東アジア美術協会の賛助会員の資格を得て、同美術協会の活動支援を行っています。