

「温故知新 — 消えた「食」からの再考とヒント —

《講師》小泉武夫客員研究員（食文化論者、東京農業大学名誉教授）

日時／平成22年9月30日（木）午後1時半から
場所／農林水産省講堂

農林水産政策研究所 客員研究員
食文化論者
東京農業大学名誉教授
小泉武夫

私は、日本や世界の食べ物について、いろいろ記録をしてきました。この中には、今の日本にあるとおもしろそうなものが、いくつも消えてしまっています。このような食べ物について、今回ご紹介していきたいと思います。

■甘 酒

12、3年前までは多くの人がその存在を忘れていた甘酒が、最近売れているといいます。私は8年前、NHKの「人間講座」という番組で「発酵は力なり」と題した講演を行い、甘酒についても話をしました。江戸時代後期～幕末頃に、江戸時代の風俗、事物を説明した「守貞謾稿^{もりさだまんこう}」という本がありますが、この中に江戸では夏に甘酒が売れるという記述があります。夏場の死亡率が高かったと言われている江戸時代は、現代のブドウ糖やアミノ酸、ビタミン類を点滴するという体力の落ちた人への治療と同じような効果を夏場の甘酒ははたしていました。甘酒に含まれるアミノ酸などは天然なので、壊れにくいばかりでなく吸収もいいものでした。

1杯6文（注：時代によって異なるが、1文は今の20～30円程度）で飲める甘酒は、まさに国民の飲み物であったようです。

これからの甘酒の売り方ですが、糖分を豊富に含む甘酒は、疲労回復に効果があるので、スキー場などで売ったらよいと思います。

■平安時代の酒

東京農業大学で教鞭を執っているときに、平安時代の「延喜式」という書物に書かれた謎の酒を現代

によみがえらせようと、部下に研究をしてもらったことがあります。その酒とは、米麴だけでなく麦芽で米（餅米、うるち米）と粟を糖化してからアルコール発酵をさせるという、日本で唯一の方法で造られる酒で、三種^{さんしゅそう}糟という酒です。麦芽を使うことは奈良時代に日本に入ってきたものですが、室町時代に新しい酒造りの方法が考案され広まるとこの酒は姿を消してしまいました。

■平安時代の醤油

酒と同じように、平安時代の醤油は4種類あり、現代よりも種類が多かったようです。当時は穀^{こく}醬^{びしお}という現代の醤油の先祖や魚^{うお}醬^{びしお}という魚を原材料に用いた醤油だけでなく、鴨などの肉を使った醤油（肉^{しし}醬^{びしお}）や野菜や果物を原料にした醤油（草^{くさ}醬^{びしお}）といった醤油がありました。草醬を作る際に使用した野菜は漬け物になりました。今日、賞味期限切れの野菜が毎日廃棄されていますが、これを草醬に利用することにより、環境に優しい野菜の有効利用になるのではないかと思います。

中国の雲南省の村では、タケノコを使った我々のよく使っている醤油によく似た醤油を作っています。

■六条豆腐

私は、昔のことが知りたくなったら、その時代の本を読むようにしています。例えば、江戸時代の本の中に「豆腐百珍」、「豆腐百珍続編」、「豆腐百珍余録」などの書物があります。その中には、様々な豆腐の食べ方が紹介されていますが、この中から現代人が忘れてしまった使い方をする「六条豆腐」というものを紹介します。この豆腐は、今でも京都でわ

農林水産政策研究所は、新たに複雑な問題に総合的な助言をいただくため、第一線で活躍されている多様な分野の専門家を客員研究員としてお迎えしています。

日本は地域ごとに気候風土が異なるだけでなく地理的にも多様性に富んでいるところから、古来よりこの国特有の食材やそれを用いた加工法などがあり、独自の食文化をつくってきました。

そこには、日本人の奥深い知恵と発想が繊細に織り込まれていたのですが、これらのすばらしい食文化の中には、文献にわずかに残っているだけで、消えてしまったものも多いといわれます。

このたび、食文化論者で東京農業大学名誉教授の小泉武夫客員研究員に「温故知新—消えた「食」からの再考とヒント—」と題して、歴史上消えてしまったすばらしい食べものや料理法などを幾つか挙げていただき、それを現代の食生活に復活あるいは活用できるかなどを検証していただく講演会を開催いたしました。

ずかに作られています。薄く切った豆腐に塩をまぶし、炎天下で干して堅くしたもので、カンナで削ると鰹節のようになります。これを吸い物の実や酢の物として食べられていました。また、中国の雲南省に発酵豆腐というものがあります。沖縄にも、豆腐とうふ鯨ようというおいしい食べ物があります。熊本でも豆腐の味噌漬けというクリーミーでおいしい豆腐の発酵食品があります。現代の日本人は、チーズを食べる民族となってきたので、豆腐を使ってチーズのような風味のある食品を作るべきではないでしょうか。

■紙餅

江戸時代には、紙を食べていたと聞くと、皆さんは驚くかもしれません。その頃、紙は貴重品でしたので、炭が滲んだ和紙はこよりや障子紙として使われましたが、実は紙餅という食べ物にもなっていました。使い古した和紙を3日ほど水に漬け、炭を抜いたものをたたいて繊維をつぶし、葛と味噌と和えて餅のようにかたまりにしたものを天日で干し、味噌汁の具として食べていました。良質の食物繊維を含む紙餅は、便秘にとっても効果があったでしょう。このように、紙餅は、生活に密着した食べ物として受け継がれてきたといえます。

■碁石茶

微生物によって発酵させたお茶は、プーアル茶など世界にはたくさんありますが、今の日本には高知県大豊町の碁石茶1種類しかありません。碁石茶の作り方は、まず蒸したお茶の葉を筵に広げ、カビを付け、次に、カビのついたお茶の葉を、蒸すときに使ったお湯とともに桶に入れて発酵させます。こ

のとき、乳酸菌による発酵で酸味のある味わいとなります。最後に、発酵したお茶の葉を小さな固まりにして乾燥すると黒く堅くなり

ます。この姿が碁石に見えることから碁石茶と呼ばれています。このお茶でお茶漬けを食べると、爽やかな酸味で非常においしく食べられます。最近ウーロン茶の消費が伸びている日本では、微生物による発酵茶を作ると良いと思います。中国から大量に入ってきているウーロン茶に代わり国産のお茶の消費量も伸びると思います。

まだまだ話し足りないのですが、時間が来てしまいました。本日はありがとうございました。

本公演概要の詳細は当所HPに掲載されております。どうぞアクセスしてみてください。

<http://www.maff.go.jp/primaff/meeting/gaiyo/seminar/2010/0930.html>

今回は趣向を変え、事例報告と小泉先生のコメントからなるセミナーを開催します。ふるってご参加下さい。

日時：平成23年1月21日（金） 13：30～

場所：農林水産政策研究所セミナー室
（前回と場所が異なります。ご注意ください）

テーマ：有機性廃棄物の大規模コンポスト化と、それを用いた有機農業の実情と今後の展開

