

R1.10.28 大阪府食の安全安心シンポジウム 基調講演概要

○人類は「火の力」を利用して今日の社会文化の発展を可能にしてきた。火を通すことによって、食べられる食品というものが非常に拡大し、防菌・防カビの意味でも役に立っている。寿命の延長と人口の増加には、火食が欠かせなかったと考えられる。

○日本は、国土の70%が山で、アジアモンスーン地帯の一番東に位置しているため非常に雨が降る。降った雨が山を通して清水になり、非常にきれいなものとして出てくる。日本ほど水がきれいな土地というものはあまりないと考えられ、これが生食というものの重要なファクターになっていると考えることができる。

○「日本書紀」景行天皇52年10月条（8世紀くらい）によれば、天皇に進上したものに魚介類の膾^{なます}というものが御馳走としてあったということが分かる。基本的には酢で締めるというのが当たり前であり、天平10年（738年）には、駿河国正税帳という古文書にて、酢が奈良時代にもさかんに流通していることが分かる。弥生時代に稲作と酒が入ってきているので、それらを発酵してできる酢の利用は、この頃からあったのではと推定できる。味噌や醤油、酒などをはじめ、発酵という醸造技術の伝統は、日本の歴史の中にはかなり古くからあったであろう。

○一番古い日本の料理様式として、奈良時代の神饌^{しんせん}料理がある。「江記」という12世紀初頭に「天仁大嘗会記」という天仁年間に行われた大鍋祭の記録があるが、その神饌料理の中にある「御飯^{はこ}筥」「生魚筥」「干魚筥」「菓子筥」の4種類が重要な組み合わせとなっている。

○14世紀後半に成立した「宮主秘事口伝」という本では、醬鮒、醬味噌の原型のようなものに漬け込んだ鮒^ふということ、いずれにせよ発酵物に漬け込んで旨味と保存というものを引き出したものになっているので、「鮮物」「生物」と表記されているが、塩や酢で締めてあるというのが一般的な形である。

○次に登場する平安時代の料理様式が大饗^{だいきょう}料理という料理のスタイルがあり、この中にも生物が登場する。『類聚雑要抄』永久4（1116）年の大饗献立の生物は、「キジ・コイナマス・マス・タイ・アワビ・ウニ」があり、基本は作り置きが前提であるから、膾、塩・酢によって、殺菌や保存がされていた。

○日本料理は、切るということが一つの重要な料理の要素になっており、神様に切り口が美しく見えるということで、包丁の技が発達して、「料理人」を「包丁人」と呼ぶようになってくるが、非常にきれいに切られたもの（生物と干物）が並んでいて、これを自分で味を付

けて食べるというのが、古い日本料理のスタイルであったということになる。

○中国の生物の歴史としては、紀元前5世紀の「礼記」「論語」の中にも、膾という料理が発達していたことが分かる。なぜ現在、中国であまり食べられていないのかを考えると、李時珍の「本草綱目」という一種の百科事典に影響を受けている。これは中国の明時代（1368～1644年）に成立したが、その中で「魚膾、肉生、人を損ねること尤も甚だし、症状を為し、痼疾を為し、奇病を為す。知らざるべからず。」とあり、人間にとって非常に良くないものとこの本に書かれた。これは多く読まれた本で、明の時代のあとの清（1644～1912年）では、著しく生食が後退した。前の宋の時代で疫病が流行した経験があり、李時代はそのようなことが踏まえて書かれたと思われる。

○膾という料理法は、古代中国で考案され、広く食用されていたが、中国で後退した後に、影響を受けていた朝鮮半島や日本で、むしろ盛んに行われるようになるという歴史的経緯がある。朝鮮半島はユッケがあるが、『是議全書』という一種の料理書みたいなもので、19世紀の末に「肉膾」としてユッケが出てくる。これは生膾の一種で、牛肉を薄切りにし、水で血抜きをして細く切り、葱とニンニクのみじん切りに胡椒や摺りゴマ・油・蜂蜜などを混ぜ合わせて食べる。朝鮮半島の場合は、肉というと、高麗以降、牧場で牛を飼育しているという文化がある。この文化は日本には入ってきていない。

○さらに牛肉以外では、朝鮮半島の北のほうの食文化だと思われるが、『増補山林経済』という17世紀の中頃に登場した農書に「凍雉膾方」というのがあり、これは凍った雉^{きじ}を膾にして食べる。これも生膾の一種であって、冬に獲った雉の内臓を抜き、氷雪の上で凍らせたものを、薄く切って酢醤油・生姜・葱を加えて食べるということをしている。日本と違って肉食が盛んであった朝鮮半島では、このような肉食の膾、生食に近いようなものがあった。

○「刺身」という言葉は、日本で発明された言葉であるが、『本朝食鑑』という、^{ひとみ} ^{ひつ} 必大^{だい}が書いた食べ物についての百科事典のような書物がある。これも李時珍の『本草綱目』の本草学が、その後、日本に入ってきて、初めの中国の本草学、『本草綱目』の写しみたいなのであったが、それが17世紀ぐらいになると「本朝」という言葉が付いているように、日本のもので実験する。

○その『本朝食鑑』の集解の部分に「^{なます} 膾と刺身は同一であるが、割切の違いで区別する。膾は新鮮な魚を用い、どんなに薄く切っても細かくなってもよい。血生臭さを洗浄し、醋（酢）を和して食べる」とある。これも明らかに新鮮なものといっても、酢で締めて食べているということになる。刺身も同じであるが、^{いりざけ} 煎酒を和して食べる。膾は酢につけて食べるが、刺身は煎酒（鰹だしに梅干しをこしたものを鰹だしで煮込んで、それにお酒を入れて煮

て造った調味料)につけて食べるのだと書かれている。

○この煎酒は、手間が面倒なのと、保存ができない。17世紀になると、日本では、醤油の工場生産が行われるようになって、特に関西を中心に醤油文化が発達して、それが工場で広く造られるようになったことから、煎酒は衰退して、醤油に変わっていった。刺身というと醤油を浸けて食べるものというような感覚があるが、もとは煎酒というものを使っていた。

○13世紀鎌倉時代の日本で一番古い料理書と言われている『厨事類記』では、その中に生物として、これは鱸のことであると記載がある。そして、鯉・鯛・鮭・鱒・鱸^{すずき}・雉は、生物として鱸に良いとされている。鎌倉時代から、鯉・鯛・鮭・鱒・鱸・雉が鱸に合うという形で、生物として食べられていた。『本朝食鑑』の「醋を和して食べる」という酢に漬けるというのは、これは江戸時代の話で、中世までは酢漬けが一般的だったものが、江戸時代になると鮮魚に変わってくる。これは流通システムの発達に影響している。

○日本独特の刺身というものは、一番古い資料は『康富記』という記録の文安5(1448年8月15日条)である。「鯛指身之を居える」などと記録に出てくることから、鯛の刺身というものが、15世紀の中頃には食べられていたということになるが、この刺身という言葉をもって、今日のものを考えてはいけないので、おそらくこれも酢で締めたものをさらに煎酒などに浸けて食べていると考えたほうがよい。

○刺身の実態を知るには、17世紀に『料理物語』という日本で出版された一番古い料理書で、これは出版されたので庶民の人でも一般の人でも、お金さえあればこの本を買って読んで調理法を知ることができた。その中の鱸の料理法の中に「鱸之部」というのがある。これは先ほどから説明している鱸、生物といっても酢で締めたもので、それとは独立して「指身の部」というのがこの『料理物語』に登場してくる。明らかに鱸とは違う料理法として、17世紀には認識されていたということになるが、この「指身の部」に何と書いてあるかというと、「霜降 鯛をおろし、よきところにきどり、にえゆに入れ、しじみたる時あげひやし」。霜降 鯛ですが、これも熱湯に入れて縮んだときにあげて、冷やして、これを刺身にするのである。これは煎酒が一番いいけれども、からしなども置いてもいいよというふうに料理法が示されている。

○「刺身」とは魚だけではない。蒸し筍・アサツキ・菊の花・松露なども刺身であるところが現在とは異なる。植物群でも刺身と呼んでいたわけであり、刺身というのは、食べ方の問題であって、今日イメージする刺身と、17世紀の刺身とは随分違うということに注意する必要がある。

○米の文化圏では、米と魚と豚、これは東南アジアのどこに行っても、この3点がセットになっている。日本だけは、肉食禁止ということが一つの政策としてあったために、この中で豚を拒否して、それを受けた結果として、魚料理というものが発達した。ベトナムやタイなどのニョクマムやナンプラーという魚醤、日本でも塩汁^{しほつる}とか、いかなご醤油とか、いくつかそのような魚醤が残っているが、これが東南アジアの米文化圏で生まれた。より北上してくると、揚子江あたりで大豆が出てくる。魚というタンパク質を含んだものを塩漬けにして発酵させれば旨味が出るから、同じようにタンパク含量の多い大豆を発酵させても同じような旨味が出るのではないかということで、発明されたのが濃漿^{こくじょう}といわれるもので、魚醤に対する味噌醤油系統の調味料が中国大陸・朝鮮半島・日本で広まる。

○魚醤に類するものとして「ナレズシ」というのがある。魚醤は塩漬けであるが、そうではなく、魚をお米に漬けると乳酸発酵を起こし、そのことによって保存と旨味というのが出る。これがナレズシであり、米を作っているところには、広くどこの国に行ってもナレズシは存在する。フランスで面白かったのは豚のナレズシがある。豚肉をご飯に漬けて発酵させて寿司にしたもので、広く東南アジアの米文化圏にはナレズシというものがあって、どこにでもあった。

○寿司は江戸時代のもので、この時代は醤油と酢の工場生産が始まり、簡単に手に入るようになる。寿司というのは、もともとは発酵させたもの、例えば金沢にある「かぶら寿司」は、ご飯を漬け込んで発酵させたものである。また大阪の箱寿司、巻き寿司のように、全部圧力を加えて飯と飯粒の空気を抜け出すと乳酸発酵が始まるので、このように発酵したものがナレズシであるということになる。ところが、発酵には時間がかかる。待つのは面倒くさいため、どうせ発酵させるのであれば発酵したものを加えても同じではないかと気がついたのが日本人である。ご飯に酢を合わせてやれば、これも酢飯として寿司と似たような味になるということになってくる。ちらし寿司・いなり寿司みたいな魚を使わない寿司も簡単に関東で直ぐに手に入る、つまり早寿司、インスタント寿司、これが非常に発達した。

○魚の切り身を載せた寿司、酢飯にさしみを乗せた江戸前寿司が登場するのが18世紀ぐらいのことである。江戸湾で獲れた魚で握ったというもので、これは江戸から広がらなかったが、江戸時代になると、大きな家の保存技術は、地下室（むろ）を掘って、夏は涼しく、魚などもある程度保存できるようになっている。また、生け簀などで魚を飼うこともできるので、生魚みたいなものが登場してくるようになる。これが今日の寿司ができることに繋がる。東京でも何件か江戸前寿司をつくっているお店があり、提供しているのは細工寿司である。マグロだったら必ず醤油に漬けて、コハダが典型的であるが、必ずその材料に細工する。単なる寿司といっても生食ではなくて、保存に配慮した料理というのがもともとであった。江戸時代に流通ルートが発達したが、江戸前寿司といっても、そのような細工寿司によって、

生物に近いもの、限りなく近いものを楽しんでいたのが昔の江戸前寿司ということになってくる。

○日本人が肉を廃して魚食に集中したために、魚に関する技術というものが非常に発達した。刺身もそうであるが、特に活け締め技術は日本だけである。魚を仮死状態にすることによって腐りにくくした。独自の技術を開発して、生食を可能にしたという文化の在り方もある。

○家庭レベルの生食が発達したのは、1960年代後半の冷凍冷蔵技術と食品流通システムの発展（コールドチェーン化）の影響である。しかも、家庭に運ばれても電気冷蔵庫が1965年に家庭の50%にまで普及しており、低温輸送によるコールドチェーン化することによって、新鮮な野菜や肉・魚などが、日常的に家庭で貯えられるようになり、生食が広く普及した。生といっても、本当の意味での生食、生のまま食べるというものが普及したというのは、極めて新しい時代のことである。

（以上です。原田先生、貴重な講演をありがとうございました。大変勉強になりました。）