

## Theater of Taste

TS05 - Kunio Tokuoka, Japanese biodiversity  
Fri 22 Oct 2004 7pm

「胡麻豆腐」という料理と「湯葉」と言う食材が日本には有ります。今回は、その2つを紹介させていただきます。

食材としての”豆腐”と”胡麻”は、イタリアでもご存知の方がいらっしゃるかもしれません。そういう方は、「胡麻豆腐」について、豆腐に胡麻を混ぜ込ませたものを想像されるでしょう。しかし、残念ながらそれは NO です。実際の胡麻豆腐は、豆腐とは全く別物で、作り方も異なります。

まず、胡麻豆腐を説明する前に誤解の元である豆腐についてですが、豆腐は大豆とにがり为原料として作られます。一方、胡麻豆腐は、胡麻と葛(くず)と水を合わせて作る食品で、豆腐に使う大豆とにがりは使用しません。これが一番大きく異なる点です。

胡麻豆腐は、仏教の伝来と共に禅僧が中国から伝えたという記録が残っており、日本における胡麻豆腐の歴史は意外に古いと言えます。その後、鎌倉時代に由来する精進料理の一つとして利用され、江戸時代には京料理として庶民の食生活に浸透していきました。時代と共に日本風にアレンジされ、今も日本の伝統料理として受け継がれているのです。現在では、寺院の精進料理として、法事などの仏事に大切な役割を担う料理として利用されることが多いようです。

現在の胡麻豆腐は、胡麻本来の香りとコクのある味わいが特徴で、舌触りはとてもなめらかです。口に入れた瞬間胡麻の風味が口中に広がり、独特のねっとりとした食感と胡麻の風味が豊かに味わえる食べ物です。また、胡麻豆腐は栄養価も高く、たんぱく質、カルシウム、鉄、ビタミン E などの栄養素を多く含んでいます。その栄養価の高さからも、健康に良い料理として自信を持ってお勧めすることが出来ます。

次に湯葉です。湯葉は大豆を原料とする食材です。作り方は、大豆食品の代表である「豆腐」を作る工程とよく似ています。作り方は以下の通りです。

1. 大豆を一晩水に漬ける
2. 水を注ぎながらすりつぶして煮る
3. 煮あがった大豆を布で濾す(このときに出る汁が「豆乳」です)
4. 豆乳を鍋に移し加熱する。その際表面に湯葉(薄い膜状になる)が発生

豆乳に「にがり」をうつと凝固して豆腐になりますが、その前の段階で加熱すると、湯葉ができます。出来たものをすぐに引き上げれば「生湯葉」、乾燥させると「乾燥湯葉」となります。また、引き上げた生湯葉をその場で食べる場合は「汲み上げ湯葉」と呼ばれ、もっとも贅沢な食べ方とされています。このように、生で食べてもよし、乾燥させて使うもよし、と色々な楽しみ方があります。

湯葉の歴史は古く、禅僧の手によって豆腐と一緒に「中国」から伝えられたとされています。二千年の歴史があるとの説もあります。日本での伝播に一役かったのが、現在の京都周辺のお坊さんです。大豆食品ということで、菜食主義の仏教僧にとっても重宝されたのです。中国から伝わった湯葉は、その後、精進料理や茶懐石として発達してきました。脂肪とたんぱく質が豊富なところから、正慶元年(1332)千早城に立てこもった楠木正成が、城内の兵糧に使ったとも言われています。湯葉という文字は近年になってから用いられたもので、古くは腐皮と書いて「うば」と呼んでいました。元々中国では、豆腐皮(トウフビー)と呼ばれ、宇波、油波、湯婆などと書かれ、姥、媪、婆の字が当てられていました。その色や表面の皺が、老婆の

Kyoto Kitcho Co., Ltd.

58, Susukinobaba, Tenryuji, Saga, Ukyo, Kyoto, Kyoto, JAPAN, 616-8385  
TEL: +81-75-881-1101 FAX: +81-75-881-5298 Mail: k-info@kitcho.com

鰯に似ているところから「うば」「ゆば」と呼ぶようになったとも言われています。京湯葉は、昔より湯葉作りとして名高いことで有名です。

さて、こういう食品を私が皆様を紹介しなかった理由をお話致します。

今、世界の料理界の流れは、「超革新」に傾いていることを肌で感じています。改善されていく事や、その時代に適用していく事は、大変必要だと考えています。しかし、変われば良いという訳ではないように思います。料理の「超革新」の方向性に、少し疑問を感じています。だからこそ伝統技術の見直しに心を傾けたいと思います。例えば、アジアで古くから食べられている大豆という素材は、味噌になり、豆腐になり、湯葉になり、さらにそれぞれが無数のバリエーションを持つ素材です。他にも、胡麻という素材は、油になり、スパイスになり、ソースになり、ときに豆腐に似た料理になります。

料理のテクニックによって、一つの素材が千変万化します。そう考えると、多くの物が淘汰されその中で引き継がれてきた日本料理の歴史の一片一片こそが、「健全な革新」のようにも思えます。その伝統の延長に、何を付け加えるのか。まず自国の料理の歴史を振り返ることから創作の一步を始めました。

大切な事は、「ルーツを見直すということ」。それはつまり、素材を知ることであり、素材を作った生産者の気持ちを感じ取ることだと思います。料理を支えているのは、美味しく健康な食材を作る生産者がいてこそです。現在の日本において、誠実な農業を取り巻く状況はたやすく有りません。生産者たちの情熱を、料理を通じて声高く代弁していくことが、料理の進化への第一歩であり、料理人としての責務であると考えています。

また、良い食材を突き詰め探していくと、どうしても高価な物になってしまいます。スローフードと言うのは、本質的に貧しいという事ではないと思います。価値の分かる方々が、時間や物を本当の意味で豊かに使う事だと思います。

*「工夫しだくる思いには、花鳥風月みな料理なり」。*

祖父の言葉です。考えて、考えぬいたその情熱は、料理に何らかの影響を及ぼし、人の気持ちに伝わるものだと思います。

集約すると、私の料理哲学は、「共に生きる」という事です。食事は、色々なものを育みます。体内へのエネルギー補給という役割だけではなく、人と人の絆を育む媒体でもあると思います。仲間と、料理の道を究めるべく師弟・同僚と、テーブルを囲み時間を分かち、それは即ち、人と人との絆を育むことに他なりません。そして、生産者とレストラン、その先にいる消費者との関係も同様に育むべきでだと思っています。世代を超え、共に育み合う事が「共に生きる」と言う事だと思います。科学的に解明する事も、新たな境地を生み出す事も、「共に生きる」為の一つの要素だとも思いますが、中心ではないと思います。

新しい料理法、組合せ、違った見せ方も大切ですが、根本は、食べ物という事、「共に生きる」為の物であるという事だと感じています。生産者、料理人、サービス、お客様が一つの料理を通してコミュニケーション出来れば良いと思いますし、その交流がこの料理に関わった全ての人の明日への活力と覚えてもらえたならば、それこそが料理人冥利に尽きると言えます。

長く続いて受け継がれてきているのは何故か？「共に生きる」為に必要だからだと思っています。皆様は如何お考えでしょうか？

本日は、日本で育んだ物を皆様にお伝えしたいと思って参りました。ただ、ここはイタリアで日本ではありません。従って、全てを皆さんにお伝えできないことが残念です。しかしながら、少しでも多く私たち日本のことを知り、味わい、感じて頂けるように出来る限りの工夫をしてみました。