

日本料理様式としての 和食からHACCPへ

杉 本 修 一

(食品品質プロフェッショナルズ 和食HACCP担当)
Sugimoto Shuichi

2013年12月、「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。江戸時代に花開いた和食文化は、巨大都市「江戸」の胃袋を満たす食の供給システム、街道や航路など流通網の発達等により、土地の名物料理、料亭や屋台などの外食産業発展につながり、現代の日本人の食生活の基盤を確立しました。今回は和食という日本料理様式の歴史を振り返りながら、少しでもHACCPというエッセンスも交えて考えてみたいと思います。

ます。

縄文時代後期の遺跡からは、蕎麦の花粉が検出され、すでに農耕が始まっていたと考えられます。縄文晩期になって、朝鮮半島経由での水田稲作が北九州付近に伝わり、これが弥生時代に入って、急速に各地へ広まっていったとされています。米は生産効率がよく、食味も豊かで栄養価に優れ、かつ保存にも適した優秀な食糧物でした。この時代、栄養学上の大きな転換点を迎えたと言えます。

平安時代に入り、中国の影響を受け

たときとされる大饗料理が出現します。大饗料理は、藤原氏など高位の貴族の儀式料理であったと言われていますが、この時代は料理といっても、生物や干物などを切って並べたもので、味付け自体は、自分の手前に置かれた小さな皿に、塩や酢あるいは醬などを自ら合わせ、これに付けて食べるものでした。古代国家が律令という中国の法律体系を模倣したように、儀式料理も同様に中国のスタイルを真似たものであるとされています。

ています。ただ、大饗料理にも、一部ではありますが、日本の特色がありました。それは「切る」という調理で、この頃から料理人を庖丁人と呼んだことに象徴され、庖丁上手とは料理がうまいことで、切り口の冴えが料理の出来映えを決めました。日本の神饌の特徴は美しく切ったものを、その切り口を見せながら重ね上げる点にあります。大饗料理は中国の影響を受けたものですが、そこには庖丁で美しく切ることを強調する日本の特徴が読みとれます。この時代、HACCP的に見て興味深いことは、神への貢物である神饌料理にも刺身の原型である「脛(なます)」が見られることです。これは刺身という、魚を生で食するという習慣が、日本では世界で一番長く継続されている証明でもあり、実証的なHACCPと言えるのではないのでしょうか。

大饗料理以後の料理様式としては、禅宗の僧侶の間で行われた精進料理があります。当時の中国仏教界では、禅宗が最も重要視されており、そこでは肉食忌避の思想に基づ

いた精進料理が主流でした。精進料理は仏教徒が肉を断つため、味わいとしては肉に近いものを口にできるような工夫が凝らされ、植物性食料を濃い味の動物性食料の味に近づけるために、小麦粉や大豆粉などに植物油や味噌など、インパクトの強い調味料を合わせる必要があります。整形成易な粉食を前提しています。それらを調味調合するという点において、精進料理が料理技術に飛躍的な進歩をもたらしたと考えられます。HACCPでいえば、原料保管管理や加工技術の進化とも言えるでしょう。

鎌倉時代以降は武士の台頭により、それらを背景とした食文化も台頭し、栄養学的にも充実してきました。また戦を通じて陣中食・携行食の概念が大きく進歩して行くことは、現在で言えばスポーツ栄養学にも相当すると思われれます。南北朝を統一した室町幕府によって、武家が実質的な支配者となり、この時代に登場した本膳料理は、武家の食文化と言えます。この本膳料理は、大饗料理の儀式的要素と精進料理の技術的要素とが組み合わされたもので、

室町時代以降の盛大な饗には本膳料理が供されました。本膳料理は大饗料理と同様、作り置かれた冷めた料理であり、儀式料理としての性格が強いものでしたが、日本料理の原型が完成された料理でありました。つまり本膳料理に伴う「汁」に象徴されるように、その出汁の基本に鰹と昆布が用いられていたからです。出汁の完成は、三陸以北とくに北海道で取れる昆布を前提とするもので、非常に広域な商品の流通網が、この時期に成立していたことを示しています。また鰹節の登場も室町時代のことです。まさに今日の日本料理の基礎が、本膳料理によって確立したことになると思います。HACCPでいえば、乾燥により微生物増殖を制御し、食品保存技術を高めた食品流通進化と言えるでしょう。

そして時代は群雄割拠の戦国時代に突入します。戦国時代は懐石料理という食文化が台頭した時代と言えます。前述のとおり、本膳料理は儀式用であり、作り置きが当然であったため、料理そのものは豪華でも、冷めた状態で食べなければなりません。美味しい料理を味わうと

いうよりは、儀式の中で、それぞれの身分に応じた料理を食することに意味がありました。すなわち儀式の場では、身分秩序が重要な要素を占め、振る舞われる料理数や座席の位置関係が大きく作用しました。身分によって料理内容が異なるのは、大饗料理ではより著しく、それは自らの社会的位置関係を物語るものでありません。こうした堅苦しくて味気ないものではなく、美味しさを自由に楽しもうとして発展したものが懐石料理です。懐石料理は基本的には料理を楽しむということに力点が置かれ、しかも茶の湯の発達に伴うもので、茶会でお茶を最も美味しく楽しもうとする精神から生まれた点が特徴的です。HACCPでいえば、製造プロセスの多様化に伴うフローダイヤグラムの確立及びそれらを可能にする調理技術・調味加工技術の進化と言えるでしょう。

その昔、中国より「喫茶」というコンセプトの輸入がありました。茶の湯は、味覚面のみならず精神面も重視され、戦国時代後期に千利休により完成されました。一汁三菜程度の料理を基本としましたが、茶の

湯では一期一会という精神が強調されたことから、その場その場での出会いを大切にするという精神が、料理そのものの内容にも大きな影響を与えました。すなわち懐石料理で、季節性を重んじて旬の素材にこだわるのは、そうした理由からで、さらにその一時を大切に、もてなしを重んじるため、食器や盛り付け、座敷のしつらえにも気をつかいました。この時代、日本料理はほぼ完成域に入ったものと考えられます。

戦国時代が終わると天下泰平の江戸時代に入り、食を取り巻くインフラやシステム全体が著しく進化しました。新田開発、農地拡大、農業技術の改良普及により、米や農産物の生産能力が上がり、五街道や東西航路の整備など、全国流通網が確立しました。この時代の、特に海や川を利用した舟運や、馬の振り分け荷物程度の陸運ネットワークが日本を網の目のようにつなぎ始めたことで、食品の加工や保存技術も全国に展開される機会になったものと思われれます。そして、酒や調味料の生産拡大、漁法の進化と水産業の発展、様々な物資の自由流通というインフラやシ

STEM整備とともに、飲食を楽しむ料理屋なども出現しました。さらに料理の知識や技術が料理書という文書化システムにより、一般的に普及し、さまざまな書籍が刊行されました。全国規模における物資流通がますます盛んになり、さまざまな食材が手に入るようになったことで、全国各地の名産物なども、書物などを通じて知られるようになり、食品や料理の幅が急速に広まりました。このプロセスこそ、HACCPで言えば、食品加工・保存・流通等に関する衛生標準書や作業標準書であると言えるでしょう。こうして、料理屋の料理にしても料理技術にしても、金銭を媒介とすれば自由に楽しめる時代が来しました。

江戸の町は急速な都市建設のため、資材や労働力の確保、日常的な食料供給が必要でした。食材供給を安定させた市場（日本橋・神田）の存在、圧倒的に男性（特に一人暮らし）が多いこともあり、料理屋等の外食産業が発展しました。料理屋は、初めは京都の寺院で料理の提供が始まり、やがて町中にも料理茶屋が誕生したのと思われ、やや遅れ

て、江戸でも元禄年間になると、市中の各所に料理茶屋が出現しました。居酒屋、そば、天ぷら、寿司、そして、路地を売り歩く「振売り」（移動販売のようなもの）は、鮮魚、豆腐、醤油、塩、鮎細工（子供向け）、油揚げ、初鰹、枝豆、心太、松茸等季節ものも含めて様々なものが売られていたようです。HACCPでいえば、各種業務のマニュアル化、トレーサビリティ、サプライチェーン管理という概念ができ、100万人の都市である江戸の飲食・外食産業に大いなる発展をもたらしたと考えます。また、飲料水を供給する6つの上水道（神田・玉川・亀有・青山・三田・千川）を整備し、水番人を置いての監視やゴミ除去など水質管理を行っており、HACCPでいう「使用水管理」や「モニタリング」にも力を入れていました。し尿も肥料にするなど廃棄物リサイクルも使用水汚染予防に役立ちました。まさしく、食の安全を確保するための、「廃棄物・排水管理」「有害生物防除」「人々の衛生管理」「清掃清潔」などの手順も確立していたことでしょう。

江戸時代に花開き、最高潮になった食文化「和食」は、文書化された様々な知識や技術、そして長い経験を通して、無意識にHACCP思想が織り込まれていったと考えられます。その実態は、原料素材の品質を見極め、調理加工して「食べる」という直接的行為であり、言い換えれば、美味しく楽しく「食べる」ための、人体実験とも言えるべき試行錯誤の繰り返しでありました。原材料の入手から調理道具も含めた衛生や機能維持の管理（言わばSOPやPRP）、塩蔵・乾燥・加熱・調味などの微生物制御、醤油・味噌・酒・みりん、酢など微生物を活用した醸造技術進化なども相まって、和食文化の創造という実験主義的公衆衛生学とも呼べるものでした。まさに、長い歴史に裏付けされた知恵であり、「無形文化遺産としてのHACCP」が江戸時代にはすでに出来上がっていたと考えられます。和食は我々日本人のライフスタイルそのものであり、いまや世界に向けて発信できる誇り高い食文化になっていきます。江戸時代以降の外食産業の普及により、原材料入手から調理加工ま

でのすべての製造プロセスを他者に委ねることとなり、それは現代にも引き継がれています。

その後の科学技術進歩により、金属類・ガラス・プラスチック・ゴムなど様々な素材や化学物質が開発され、食品添加物などの登場もありました。法令も整備され、冷凍保存技術・容器包装技術・食品衛生関連検査技法の著しい進歩と、科学的裏付けデータなどの蓄積もあり、日々の食生活という普遍的なテーマを取り巻く環境は、江戸時代から大きな変化を遂げています。しかしながら、江戸時代の「無形文化遺産としてのHACCP」は大きな進化を遂げていくでしょうか。いえ、その実態は必ずしもそうとは言えないという現実があります。その詳細は他の投稿者に語ってもらいます。

参考文献

- 農林水産省ホームページ
「食文化」のコーナー
<http://www.maff.go.jp/j/keika/ku/syokubunka/>
- 江戸の食文化／和食の発展とその背景（原田信男編）