

道と沖縄には稲作が及びにくく、むしろ両者は古代以降の日本が排除してきた肉文化が、豊かに発達した地域であった。この南北二つの地域は、すでに古代から密接な関係にあったにも関わらず、正式に日本に組み入れられるのは明治、すなわち近代以降のことであった。

本章では、こうした歴史的事情を踏まえたうえで、米という私たちに非常に親しみの深い食べ物を中心に、日本における食の歴史を眺めていくこととしたい。それゆえ逆に、米以外の食物にも注意を払いながら、稲作以前および南北の問題についても、充分に眼を向けながら、歴史のなかにおける和食の全体像を見つめ直していきたいと思う。

●水田での稲作

稲作の本格的な展開は、やはり水田を伴う縄文晩期から弥生時代以降のこととすべきだろう。

1 節 和食はどのように生まれたか

1 米という和食のはじまり

(1) 縄文時代までの人々の食生活

日本列島が今日のような形になったのは、氷河期が終った縄文時代以降のことである。それ以前の大陸と地続きであった旧石器時代に、人々が住みつくようになった。その時期については、様々な議論があるが、早ければ7~8万年前、確実なところでは3万年前とされている。

ただ気温が低かったため植物性食料への依存が難しかったことから、いきおい動物性食料が重視された。それゆえ人々は、マンモスやオオツノジカなどの大型獣をはじめ、そうした自然界に生きていた様々な食料入手して、日々を生き抜いていた。

しかし温暖化が進み、海面が上昇した縄文時代になると、植生もかなり変わって、どんぐりなどの木の実の食用が可能となった。こうした食料の安定化は、道具の工夫や発達を促し、土器の製作が行われるようになると、煮炊きがいっそう容易なものとなつた。つまり加熱によって味覚のみならず、解毒や保存にも大きな効力を發揮するようになつ

●縄文時代の堅果類

縄文時代には、焼畑などによる農耕も行われていたと考えられるが、大規模なものではありえず、木の実も重要な食料の一つで、各地の遺跡から多くの堅果類が出土している。

●主な堅果類の地域別 遺跡数

	北海道	東北	関東	中部	近畿以西	全国
くるみ	5	39	33	26	5	108
くり	0	12	10	19	3	44
とち	0	9	7	2	3	21
どんぐり	0	5	10	13	25	53
植物遺体 を出土し た全遺跡 数	5	45	44	45	30	169

『世界の食文化』ドメス出版
より

たのである。とくに長時間の加熱は、あくを除くことで木の実なども食べやすくなり、食物の範囲は急速に拡大した。

こうして縄文時代においては、狩猟などによる動物食よりも、植物性食料が重要な役割を果たすようになった。かつては食用植物の栽培、つまり農耕は、弥生時代以降のこととされていたが、近年では縄文時代においても農耕が行われていたことが確認されている。縄文時代の始期については、近年では一万数千年前とされているが、ほぼ4,000～5,000年前の縄文中期頃には農耕が行われていたものと考えられている。

(2) 本格的稻作の開始

すでにこの時期に、一部ではおそらく焼畑によって稻作も行われていたようであるが、主要な生業となるには至らず、縄文晩期になって、ほぼ疑いなく朝鮮半島経由で、水田稻作が北九州付近に伝わった。これは弥生時代になって、かなりのスピードで本州や四国・九州へと広まっていった。弥生時代の水田は青森県にまで及ぶが、これは海路によるものと思われ、基本的に本州東部・北部には、その形跡が薄いとされている。ちなみに弥生時代については、かつて400年前後続いたと考えられていたが、近年では1000年近いとする説が有力視されている。

いずれにしても弥生時代に、米を中心とした食文化の形成が日本で始まったことになる。米は、現在の最高条件で育てれば、一粒が2,000粒にも増える生産性の高い植物である。同じ主食とされる小麦は、品種によっては一粒から500粒になるものもあるが、だいたい150～170粒であることに比べると、米のほうがはるかに生産効率に優れていることがわかる。

また、米は小麦のように粉食に加工する必要もなく、脱穀・精米するだけで簡単に食べることができる。しかも食味が豊かで栄養価に優れ、かつ保存にも適した優秀な食べ物である。

●縄文農耕論

縄文中期の遺跡で出土する多量の打製石斧を農耕用の土堀り具と考える見解は、すでに戦前からあった。

戦後、八ヶ岳山麓の遺跡を研究した藤森栄一氏は、土器の組成や石器の性格、さらには信仰のあり方などを総合的に考案し、縄文農耕論を打ち出した。

●すしの原理

すしは、ご飯に圧力をかけることによって乳酸発酵が進むという原理を利用したもので、その原型は、今日も琵琶湖周辺に伝わる鮒ズシにある。金沢などに残るナレズシも、この系譜に属するもので、熟成という作用によって、保存とうま味を引き出したところに、すしの特色がある。ご飯に圧力をかけることで、こうしたうま味を出すことは、箱に入れて圧力をかける押しズシ、海苔で巻いてすだれで押した巻ズシ、あるいはいったん圧力をかけたものを崩したバラズシなども、こうしたすしの系譜に属する。チラシズシや握りズシの場合には、圧力は加えないが、代わりにインスタン

(3) 米を中心とする食文化

こうして新たに始まった米を中心とする食文化が、その後の和食の歴史に最も大きな影響を与えた。そして米は、「はじめに」で触れたように、水田稲作の一環として、稻とセットになる魚の保存法であるすしとともに、ブタの飼育という東南アジアの文化も一緒に伝えたのである。

① すし：確証があるわけではないが、稲作とともに水田漁業による魚を用いたなれずしが伝來した可能性が高く、琵琶湖に残るふなずしなどを、その名残と考えることもできる。すなわち魚を米飯に合わせて圧力を加えることで発酵を促し、熟成によるうま味を引き出すとともに、長期の保存を可能にするもので、やがてこの原理を適応しつつ改良を進めて、江戸前のすしが出現したものと思われる。

② ブタ：弥生時代のイノシシと考えられていた動物の骨が、近年では多くがブタのものとされており、稲作の受容とともにブタの飼育が始まっていたことが指摘されている。つまり弥生時代の米文化は、東南アジア、東アジアの場合と全く同様に、米と魚の組合せに、ブタという肉が付随したものであった。ただ『魏志倭人伝』などでは、死者の喪などの際に肉食が忌避されている点に留意すべきであろう。

いずれにしても、米を中心とした和食という観点から考えた場合、水田稲作を全面的に展開し始めた弥生時代こそ、まさしく、その起点であったと考えて疑いはない。ただ、弥生時代の水田稲作は、必ずしも米という食料を全ての人々に行き渡らせたわけではなかった。つまり弥生時代でも、米以外の食料が重要な位置を占めており、ブタの飼育などを考え合わせれば、今日のものとはかなり異なっていたとしなければならない。

ト化を図って、すでに発酵している酢をご飯に加えることで、うまい味をつけた酢飯に、煮た野菜や新鮮なさし身を添えて、日本独自のすしが完成をみた。

●イノシシか、ブタか

弥生時代の遺跡からは、しばしば、イノシシが出土するとされていたが、近年における動物考古学の発達によって、これらは、ブタであると考えられるようになった。

ブタは、イノシシを飼育したものであるが、弥生時代のイノシシには鼻の長さが短いものが多く、その測定比率からブタとすべきだと判断されている。最も決定的なものは、歯槽膿漏にかかったイノシシの歯が出土しており、これを野生のものとすることはできず、ブタとするのが妥当だろう(p.23も参照)。

2 和食の基礎はどのように整えられたか

その後の古墳時代には、王たちの巨大な墓が造られるよ

うになるが、これには高度な土木工事が必要で、水田造成に共通する技術との関連性が高い。さらに王権に基づく集団的な労働力の動員が可能となったことに加えて、この時期における大陸・朝鮮半島からの、ウシやウマの移入が、水田の発展に大きな効果をもたらした。

(1) 古代において国家政策として重要な米

しかも米は備蓄性に優れた食品であることから、社会的な富とみなされ、租税として人々に賦課の対象とされるようになった。やがて大和政権による全国統一が進み、大化の革新を契機に古代律令国家が成立すると、その政策においても米が非常に重要視されるところとなる。

栄養価の高い米は、古代人に力の源とみなされており、「力餅」や「力うどん」という言葉が象徴するように、力の源となる米の加工品は、特別な位置が与えられた。「主税」と書いて「チカラ」と読むのも、そうした事情によるもので、最も重要な租税は米であった。それゆえ古代国家は、畠地は無視して水田のみを口分田として人々に与え、米、すなわち租を最も重視した。それは土地政策にも如実に現れ、百万町歩開墾計画や三世一身の法、墾田永世私財法を発布し続けたのである。

(2) 米と魚の食文化が発達した理由

日本では、米の生産のために肉が犠牲とされた。古代国家の最盛期の天武天皇4(675)年には、いわゆる肉食禁止令が出されている。しかし、これは単なる仏教による禁令ではなく、その前後の状況や他の法令から判断すれば、米作りの方策で、動物の肉を食べると稻作に失敗するという観念に基づくものであった。これは、先にみた『魏志倭人伝』の、災いがあったときに肉を断つという伝統を引くもので、重要な願いごと、つまり稻の豊作のためには、肉を食べないとする思想の実現であったと考えられる。

一方で米は、尊い聖なる食べ物としての位置を確立し、

●口分田の特徴

日本の口分田制度は、唐の均田制を模したものであるが、決定的な違いは、中国では畠地も対象とされたが、日本では水田のみが農民に与えられたことである。このことからも、日本の古代国家が、いかに米に執着したかがうかがわれる。

●肉食禁止令

この法令は、厳密には殺生禁断令とすべきもので、ウシ・ウマ・イヌ・ニワトリ・サルの五畜を対象とし、期間も4月から9月に限られていた。古代、日本人が最も食べていた肉はイノシシ・シカであったが、これが禁止されず、稻作農耕の期間のみ禁止とされることなどから、稻作を順調に推進させるための法令であったと考えられる。

祭祀のなかで重要な役割を果たすようになる。現在でも、正月をはじめ村々や家々での祭祀の際に、米は大切な捧げ物で、米からつくった餅と酒は欠かすことができない。また天皇が執り行う新嘗祭・大嘗祭などの国家祭祀においても同様で、天皇が皇居の水田で、春には田植えをし、秋には稻刈りをする様子は、しばしば新聞・テレビでも報道されている。

こうして日本では、米のために肉を否定したが、やがて肉は穢れけがとみなされ、米が聖なる食べ物として社会的に受け入れられていくことになる。これが東南アジア・東アジアの稻作を受容しながらも、それらの地域とは非常に異なって、ブタを伴わない米文化を成立させることとなつた。それゆえ動物性たんぱく摂取の観点からは、肉の代わりに魚が重視され、最も典型的な形で米と魚の食文化が発達をみたのであり、すしに象徴されるように魚食に特化した食事パターンが、一般化したのである。

(3) 米文化のなかで形成された調味料

さらに米を重視した古代国家においては、調味料も今日の和食に近い状況が形成されつつあったことがうかがわれる。国家機構の食事を預かる大膳職しょういんしょくという部署には、ひしお醫院が置かれたが、ここでは、みそやしょうゆの原型となる醤の管理が行われていた。先にも述べた魚醤は、日本へもかなり古い時代に入ったものと思われる。また肉醤や魚醤は、古代の『延喜式』などにもみえるなど、一般的な調味料であった。しかし醫院で厳重に管理されていた醤は、明らかに穀醤こくしょうが主体で、これらが極めて貴重な調味料として意識されていたことがうかがわれる。

このように古代においては、その頂点をなす国家レベルにおいては、米を食事の中心とし、穀醤を主要な調味料とするような今日の和食に近い味覚体系が、次第に形成されつつあったとみなしてよいだろう。

●新嘗祭と大嘗祭

新嘗祭は、もとは11月の第2卯の日であったが、現在では23日、つまり勤労感謝の日に行われている。天皇が自ら作った米を神に捧げて、豊穣を感謝し、来年の収穫を祈る祭りで、新たな天皇が最初に行う新嘗祭が大嘗祭となり、盛大な儀式が催される。ただ天皇の祭儀に関しては、明治以降に形が整えられた部分も少なくない。

●魚醤と穀醤

すしが乳酸発酵の利用であるのに対して、醤はアミノ酸発酵によるうま味の抽出である。カンボジアあたりで、小魚や小蝦類に塩をして圧力をかけてつくったのが魚醤で、ナンプラーやニヨクマムなどが知られる。おそらく、これが北上する途中、華南で大豆に出会い、これを小魚の代わりに利用して穀醤が発明された。魚醤は日本にもおよび、能登半島のイシルや秋田のショツツル、瀬戸内海のイカナゴ醤油などとして残る。

3 米と食生活の厳しい現実

確かに国家の最高レベルでは、米を中心にいわば日本的な食事体系が整いつつあったが、食生活には極度な階層差がつきまとうことも忘れてはならない。確かに肉食は、穢れたものとして社会的に遠ざけられていったが、その本格的な排除にはかなりの時間を有した。また、「米を中心とした食文化」(p.26参照)で論じたように、米も人々に充分な量を供給できたわけではない。むしろ米は税として農民から吸収されたという事実は重く、かつ米はどこでも作ることができたわけではない。日本で好まれる温帯ジャポニカは、適度な水と気温を必要とするため、基本的には水田を必要とした。

(1) 国家による水田の重視

米作り＝水田と考えるのは、あくまでも私たちの常識でしかなく、実は地下に充分な水量が含まれていれば、畑地でも稻作は可能である。東南アジア・東アジアでは、水田以外に畑地でも稻作が行われており、場合によっては焼畑でも米が作られている。これは熱帯ジャポニカとされる米の種類で、日本でも縄文時代に部分的にみられた稻作は、焼畑を用いていた可能性が高い。しかし、弥生時代以降の稻作は、基本的には水田を前提とするものであった。それゆえ古代国家は、水田のみを重視したのである。

こうした日本での温帯ジャポニカ栽培は、先にも述べたように適度な水と温度管理を必要とするため、一歩それらの歯車が狂えば、たちまち凶作となって食料不足を引き起こした。このため古代国家は、そうした場合に備えて、農民には畑作も推奨し、麦で命をつないで米を租税として納めるよう指導している。あくまでも米を中心として、魚食を組合せた食事は、国家の官僚である貴族や地方役人である豪族、あるいは中央の大寺院の僧侶や神社の高級神主たちのものでしかなかった。

●焼畑の米

東南アジアのなかでも、とくにタイ北部やラオスでは、米は焼畑で作られている。もちろん水田もあるがこれは歴史的に新しく、古くから焼畑の米を食べてきた人々は、水田の米よりも焼畑の米のほうがおいしいという。とくにラオスでは、われわれのようにうるち米ではなく、もち米を常に食べている。

(2) 肉食の現実

多くの人々にとって、米は貴重な食料であり、麦や雑穀もしくは、いもなどが身近な食べ物であった。もちろん穢れるとされる肉も、これを無視しては動物性たんぱくの摂取は難しかった。もともと古代の殺生禁断令でも、禁止されたのはウシ・ウマ・サル・ニワトリ・イヌのみで、イノシシとシカは対象とはなっていなかった。肉を「ニク」と読むのは音読みで、日本語としての訓は「シシ」に過ぎず、イノシシ(猪)・カノシシ(鹿)・カモシシ(羚羊)は、古来から日本人が食べ続けてきた肉であった。

しかし殺生禁断令以降、次第に肉が穢れたものと意識されたところから、イノシシやシカも穢れの対象となり、基本的に口にすることは避けられていった。ただ米の生産力が厳しかった段階においては、多くの人々に肉食は不可欠で、広く食されていた。もちろん貴族や都市民の一部にも、肉を好む人もおり、京都にもシシ肉が販売されるルートさえ成立していた。いわゆるシカの紅葉鍋・イノシシの牡丹鍋・ウマの桜鍋などの伝統は、鍋という調理法を別とすれば、かなり古い時代にまで溯ると考えてよいだろう。

ただ古代に始まった肉食の禁忌は、水田の開発と生産力の増強が進んだ中世という時代を通じて、徐々に社会の下層まで及んでいく。基本的に中世末期頃には、広く社会的に米飯を中心に、魚を添え野菜などを伴う形で今日に至る日本の食生活が完成をみる。

(3) 米で表示された経済価値

これに呼応するように、中世を過ぎて近世に成立した江戸の幕藩体制は、経済的には石高制という形で、ほとんどの経済価値を米で表示するという世界的にも特異なシステムが誕生をみた。また近世においては、肉を食べると眼がつぶれるとか、口が曲がるとかいう俗信を生み出したが、「薬喰い」や「鹿食免」などと称して、社会の一部では肉食が行わっていたことも忘れてはならないだろう。

●肉食の穢れ

穢れの思想は、肉食のみならず死や出産などにもあり、穢れの間は、宮中に出仕したり、神社に詣でることが禁じられていた。穢れは魚、鳥、肉の順で高くなり、とくにシカ食に対する穢れが問題とされた。

これはシカやイノシシが一般に食べられていたことを意味する。シカ食の穢れの期間は、古代には3日ほどであったが、中世には90日、100日にも及び、他人にも伝染すると考えられていた。

2節 和食文化はどのように充実していったか

1 貴族たちの盛大な大饗料理

日本古代における料理様式については、史料的に不明な部分が多く、その内実を知ることができない。こうした料理は、日常の食事とは異なる。祭礼などの儀式の際に最も手の込んだ食べ物が神仏に捧げられるもので、一定の様式を伴うと考えなければならない。その意味においては、日本最初の料理様式は、神々への神饌を起源と考えてよいが、今日にみられる神饌には、明治初年における神道祭式の変更が大きな影響を及ぼしている。

(1) 神饌料理

もともと神饌は、食べ物を神に捧げた後に、祭祀に携わった人々が神とともに食べる物であるから、すでに調理を済ませた熟饌が基本となる。しかし明治以降は、食材そのままの生饌中心に改めたため、古い形式がわからなくなってしまった。もちろん春日大社や談山神社などの神饌から、一定の形式をうかがうことができるが、すでにこれらには朝鮮半島を経由して入ってきた盛り物や仏教による彩色の影響が顕著で、それ以前の

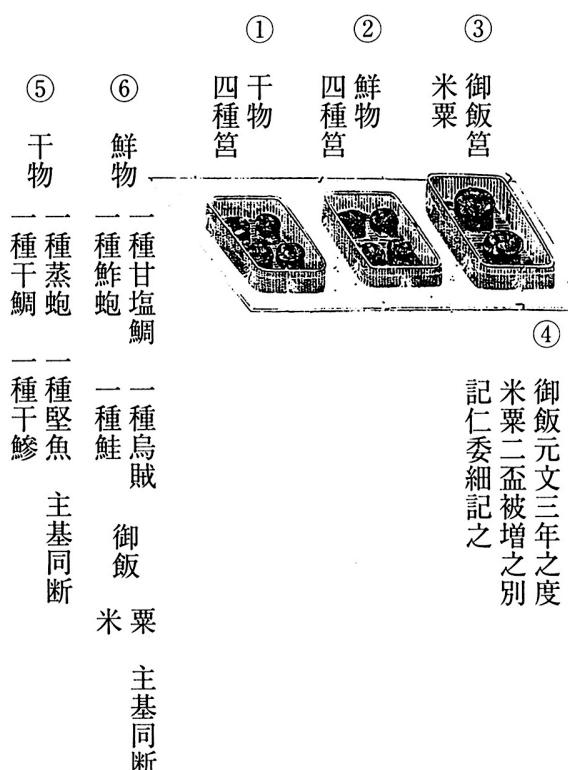


図 I-1-3 大嘗祭の神饌料理

貞享4(1687)年11月16日：大嘗会神饌図(鈴鹿家文書)鳥越憲三郎他編『大嘗祭史料 鈴鹿家文書』柏書房(1990)

●神人共食

人々が神にお願いをするからには、最大限に神をもてなさなければならない。神道の祭りが始まると、献饌として神饌が運ばれ、祝詞などのお願いが終わってからで徴饌が行われ、神饌が下される。

捧げられた間に神が食したものであるから、神事の終了後に下された神饌は、直会と称して、祭りの参加者が食べることになる。

直会によって人々は神と共に食したことになり、神と心を同じにすることで、よりよい恵みを神に期待するところとなる。

姿については不明とするほかはない。したがって日本で最も古い料理様式は、神饌料理であったと考えられるが、その詳細については明確にできないのが現状である(図 I - 1 - 3)。

(2) 大饗料理

現在知りうる範囲で、最も古い料理様式が平安時代の大饗料理となる。大饗料理は、藤原氏など高位の貴族が、大臣に任じられたときや正月などに、天皇の親族を招いて行った儀式の料理である。ただ、この時代は料理といつても、生物や干物などを切って並べたもので、味付けは、自分の手前に置かれた四種器とよばれる小さな皿に入った塩や酢、あるいは醤などを、自ら好きなように合わせ、これに浸けて食べるだけであった。これは料理の最も原始的なもので、それぞれが餃子のたれを、好みに合わせてつくつて食べることに似ている(図 I - 1 - 4)。

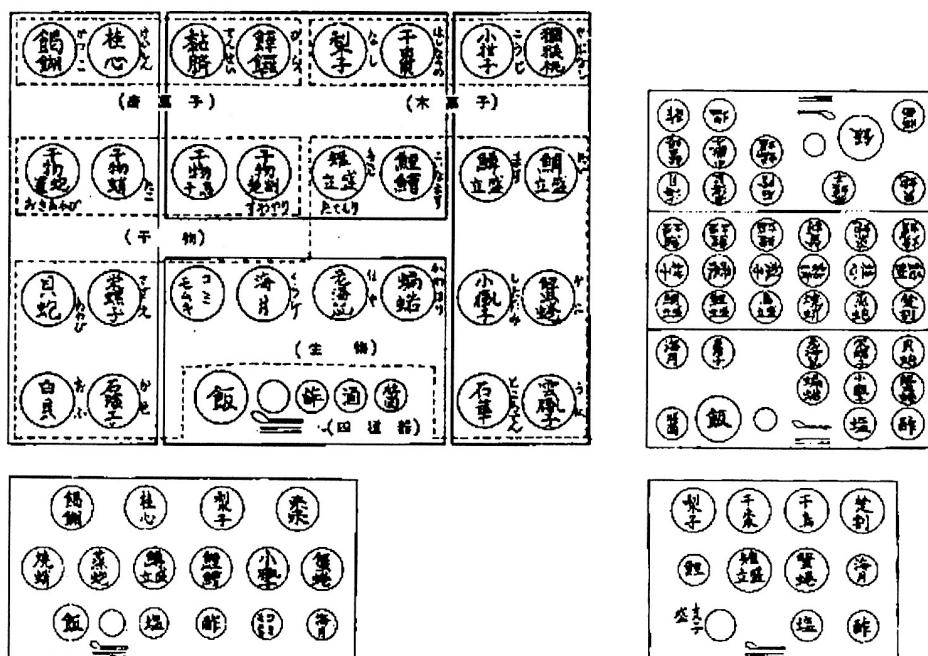
また大饗料理では、料理の皿数は必ず偶数で、手元には箸と匙とが置かれている。匙は朝鮮半島では定着をみた

●東南アジアの料理

東南アジアなどで食事をすると、必ず食卓には何種類かの調味料が置かれていて、それぞれが自分の好みに合わせて味を調える。韓国でも必ずコチュジャンなどが置かれるほか、古い店ではサムゲタンなども食べる直前に塩・コショウを自分で調整する。

またギリシャなどでは、ワインビネガー・オリーブオイル・塩・コショウの4つが置かれており、サラダドレッシングは自分で好みに合わせたものをつくるのが常識となっている。まさに大饗料理も同じ発想であった。

大饗料理献立図 永久4(1116)年藤原忠通大饗



『類聚雑要抄』、森末・菊池：『改稿 食物史』を参考

図 I - 1 - 4 大饗料理図

が、日本では大饗料理に取り入れられたものの、一般に使用されることはなかった。しかも大饗料理は、身分によって料理数が異なるが、盤上一面に並ぶ様子は、朝鮮半島の韓定食に似ている。このほか、小麦粉を練って油で揚げた八種唐菓子が添えられることなどからも、明らかに大饗料理は、朝鮮半島経由で入った中国料理の影響が著しいことがわかる。

こうした大饗料理は、古代の上層部で行われた料理様式であるが、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、儀式料理についても同様に中国のスタイルをまねて完成させたものであることが明らかである。ただ大饗料理にも、一部ではあるが日本の特色を見いだすことができる。それは“切る”という調理で、この頃から料理人を包丁人とよんだことに象徴される。また包丁上手とは料理がうまいことで、それは切り口の冴えが料理のできばえを決したからである。

例えば、美しく切ったさし身がおいしいのは、するどい片刃の包丁で魚肉の細胞を壊さずに切断することによって、肉汁のうま味を逃がさないという調理が施されたからである。

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のに対して、朝鮮半島などの盛り物は、食品そのものを串などで積み上げるという点が異なる。大饗料理は明らかに中国の影響を受けたものであるが、そこには包丁で美しく切ることを強調する日本の特徴を読みとることができる。

● “切る”という料理

日本のさし身は、立派な料理である。なぜなら、切っただけで特別な味付けはしていないが、鋭い片刃の包丁で魚肉を切ることで切断面の細胞を壊さずにすることから、肉汁が失われず、中華包丁や西洋包丁で切ったものとは異なるおいしさが得られるのである。

2 精進料理という僧侶たちの知恵

大饗料理以後のまとまった料理様式としては、禪宗の僧侶の間で行われた精進料理がある。平安時代末期には、奈良仏教や天台宗・真言宗に対する不満が高まり、真剣に仏教を志す僧侶のなかには、中国での仏教修行を試みて南宋

に渡るものが少なくなかった。当時の中国佛教界では、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あった(図 I - 1 - 5)。

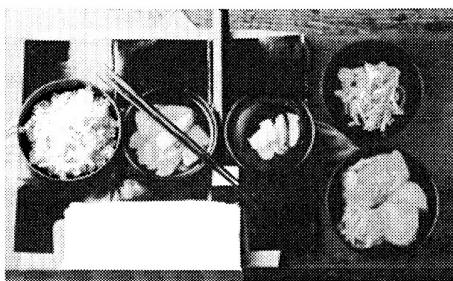


図 I - 1 - 5 精進料理写真
『日本の料理』淡交社より

(1) 製粉技術とともに高まった精進料理

しかも、この精進料理は、唐代に西方から導入された水車動力によって製粉技術が高まり、粉物の大量供給が可能となって調理法が確立した。いうまでもなく精進料理には、佛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ている。つまり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は、小麦粉や大豆粉などに植物油やみそなどの類の調味料を合わせる必要があり、粉食が大きな前提となっている。ただ、いずれにしても、味覚の調合という意味において、精進料理が料理技術に飛躍的な進歩をもたらしたことに疑いはない。

しかも精進料理は、僧侶自らが調理にあたるため、彼らは寺院で仏教修行のみならず、料理技術も習得した。こうして中国で禅宗を学んだ僧たちは、日本に帰って禅院を開くと、その修行とともに、そこで精進料理を伝授した。こうした禅僧たちの代表として、栄西や道元などが名を残した。

(2) 精進料理の書物

なかでも道元は、禅僧の食事の心掛けを記した『赴粥飯法』、禅院の料理当番である典座の心得をまとめた『典座教訓』といった書物を著した。同書では、精進料理そのものに関する記述は少ないが、食事の意味や禅院における料理人の役割などについて言及している。おそらく道元は、日本で仏教の立場から、食べるという行為について、深い哲学的な考察を行った最初の人物であった。

精進料理は、穀物粉を用いたものや、さまざまに味付けられた野菜類・海草・菌類のほか、果物類が主体となって

●精進物と精進料理

鎌倉時代に高度な調理体系をもつ精進料理が登場する以前には、精進物とよばれる料理があった。これは平安時代の資料にみられるが、単に魚肉を使わない質素な食事の意味で用いられている。

●庭訓往来

鎌倉期から南北朝期にかけて精進料理は発達をみたが、その代表例については、『庭訓往来』十月状返に詳しい。ここでは点心類として「鼈羹・猪羹・砂糖羊羹・餡飴・饅頭・索めん・碁子麵」など、菓子として「柑子・橘・熟瓜・煎餅・粢・興米・索餅」など、汁として「豆腐羹・雪林の菜、薯蕷・豆腐・筍蘿蔔・山葵寒汁」など、そして菜に、「煮染牛房・昆布・烏頭布・荒布煮・黒煮の露・筋・酢漬の茗荷・茄子の酢菜・胡瓜・甘漬・納豆・煎豆・差酢若布・酒煎の松茸・平茸の雁煎・鴨煎」などがある。

いる。そして植物性食料をスッポン・イノシシ・ガン・カモなどといった鳥獣肉に見立てて、それに近い味を出すところに特徴がある。こうして肉食への願望を、調理によって満たそうとしたのが精進料理であり、先にも述べたように、その実現には高い技術力が必要とされた。

(3) 禅宗の寺院で発達した精進料理(図 I - 1 - 6)

こうした料理技術を蓄えていたのは、当然のことながら禪院の僧侶たちであった。彼らは広い意味での料理人であるが、その伝統的な呼称である庖丁人ではなく、^{ちょうさいにん}調菜人とよばれた。あくまでも魚鳥を扱うのが庖丁人であり、調菜人とは精進物を料理する僧侶の仕事を意味した。ただ本格的な精進料理は、禪院でも重要な茶礼などの際にだけ供された。調菜人は、精進料理のうち饅頭などもつくることから、単に禪院だけにとどまらず、贈答などに用いられた点心類の製造にも携わったものと考えられる。

いずれにしても中国からの移入によって成立をみた精進料理は、初めは禅宗の寺院内部で発達をみたが、やがてその高度な調理技術は、一般にも広まるところとなって、鎌

●調菜人と庖丁人



『七十一番職人歌合』より

●芋粥の話

貴族の大饗のお下しとして食べた芋粥の味を忘れられない武士が、同僚にその旨を話すと、彼は、その武士を故郷の敦賀に連れて行って、芋粥を腹一杯食べさせたという話

点心は、水餃・通煎・糖餅・餅菓・抹茶・腰果茶・牛軋糖・ゆで羊羹・圓餅。
饅頭・米餡・杏子餡・老婆餅・圓餅。

莫子は、柏柑・柏子・橘・熟瓜・沢類子等、時の景物に贈るべきなり。伏秀・
勾・圓餅・栗・興米・栗餅等、密の料のために用意せらるべし。圓餅は前
に謂えねかるべし。

御殿の汁は、豆腐圓・雪林の湯・ならむ上圓餅・豆腐・第圓餅・三味の湯・七味
なり。菜は、椎葉蘿・青染の牛蒡・昆布・烏頭布・荒布紫・黑紫の蘿・頭・筋・
蕪・酢漬の茗荷・蘿子の蒸物・茹物・柏子の酢菜・胡田・甘藷・納豆・煎豆・
茶・圓・圓豆・芹・筍・美詠の納豆・青苔・神風屋の曳手・甘筍・炮筍・圓餅
の松茸・平吉の雁煎・鶴巣等、禁じ聞ひやうれを云くべし。

以上後の莫子は、生糸・蠶糸・桑絲・熟絲・干糸・花梨子・枝椎・養・田川
子・藤名子・百合草・獨角藻・し隨ひてこれらを用意あるべし。圓餅・米圓・寮
圓・圓餅の圓餅・定めて圓三段足なるべから。底心の圓に添つ邊せらるねば、
せしわるの時、計のこすべきなり。而々圓餅

十月三日(旧) [十月三日]トベ

西蜀往來記十月狀遷

3

精進料理の内容

図 I-1-6 『庭訓往来』(料理内容p.34 脇注も参照)

倉期以降における日本の料理文化の展開に大きな役割を果たしたとみてよいだろう。

3 武士たちが創り上げた本膳料理

もともと武士は、大饗料理を催した貴族の従者で、その振舞として芋粥に預かった武士の話が、芥川龍之介の小説『芋粥』で、その原話は平安時代の『今昔物語集』にみえる。つまり武士は貴族のいわばボディガードであったが、やがて貴族の権力を凌駕し、平清盛の平氏政権や源頼朝の鎌倉幕府の成立をみて、武家が政治の表舞台へと躍り出していくこととなる。これに呼応する形で、武家も独自の料理様式を模索したが、その完成にはかなり長い時間を要した。

(1) 武家の料理文化として発達した本膳料理

鎌倉時代には将軍によって烷飯おうばんという料理が振舞われたが、これは貴族の大饗料理の一部を切り取ったに過ぎず、武家の文化は貴族の文化の後追いでしかなかった。ただ鎌倉幕府は、初めは関東を中心とした地方政権ともみなすべきもので、南北朝期に後醍醐天皇が一時政権を奪取したが、基本的には南北朝を統一した室町幕府によって、武家が実質的な全国の支配者になったと考えてよい。まさに武家の料理文化も、この室町時代に新たな料理様式として、本膳料理が登場をみることになるのである。

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合わされたもので、ここに本格的な料理様式が成立をみたことになる。しかも膳を用いて、七五三という奇数の膳組みを基本とするところから、極めて日本的な要素が高いとみなすことができる。もともと中国では、大饗料理のように卓に料理が盛られて、その皿数は偶数であったが、本膳料理では銘々に膳が用いられ、奇数の料理を据えて、箸のみが使われるようになった。ちなみに膳は、朝鮮半島・沖縄で使用されており、椅子を伴わない座居の文化を基礎とする地域に広まった。

●武家政治としての室町幕府

鎌倉幕府が成立したとはいって、これは関東の地方政府とみなされ、古代律令国家のシステムは維持されていた。本格的に武家が権力を手にするのは、古代的勢力が大きく後退する南北朝の動乱以降のことでのことで、室町幕府の成立を待たねばならなかつた。

●本膳料理

大饗料理、精進料理は、料理品目も偶数で基本的に中華料理の影響が強いが、この本膳料理によって、本格的な日本料理が成立をみたことになる。かつお節とこんぶという日本的なだしの体系が確立をみたほか奇数の膳組みが基本となり、これから「献立」という言葉も生まれた。

●式三献

最も儀礼的な酒宴の作法で献餞ごとに酒を始めて3回ほど乾杯をくり返す。

結婚式の三三九度はこの様式をくむ。

(2) 本膳料理の構成

本膳料理の構成は、酒を中心とした献部と食事を主とする膳部とからなり、膳には汁が伴っている点が注目される。そして儀礼的要素が強い式三献に始まり、初献・二献・三献と続いた献部のあと、七五三の膳という膳部に移り、与(四)献以後、一七献あるいは二一献と続けて全てが終了する(図 I-1-7)。こうした本膳料理が供される御成などの饗宴では、後半の献部ごとに能が演じられ、全体が

●御 成

室町時代に有力な大名が将軍を招いて催す盛大な饗宴。1～2年前から計画され、御成のために門や書院を新築する。十七献までの料理が供されるのは20数名であるが、献立の内容を縮小して、計1,000人規模にも及ぶ料理が振舞われる。

永禄4(1561)年3月晦日、室町將軍足利義輝三好亭御成獻立

図 I-1-7 本膳料理献立

終わるまでには、夜を徹することになる。

室町時代以降の非常に盛大な饗宴には、こうした本膳料理が供されたが、これは大饗料理と同様に、前々からつくり置かれた。したがって儀式料理としての性格も強く、膳や皿の一部には金銀での装飾も施され、華々しい雰囲気のなかで食事が楽しまれた。まさに新しい日本料理が出現したことになるが、奇数の膳形式に限らず、料理内容についても、日本料理の原型が完成をみた。つまり本膳料理に伴う汁に象徴されるように、そのだしの基本にかつお節とこんぶが用いられている点に、注目する必要があろう。

(3) だしの出現による料理の確立

この時期におけるだしの完成は、三陸以北、とくに北海道で採れるこんぶ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る。またかつお節の登場も室町時代のことである。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。そして、こうした料理の発展に伴い、その技術を伝承し磨きをかける料理の家が成立をみた。つまり武家料理流派の誕生で、旧来の公家系のそれを伝えた四条流に加えて、大草流、進士流、山内流など武家の料理流派の家々が登場をみた。そこでは故実や作法を含む料理技術が追求され、それを「秘事口伝」という形で伝えたが、その一部がそれぞれの流派内で料理書として残ったのである。

4 茶の湯と洗練された懐石料理

先にも述べたように、本膳料理は儀式用であり、つく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らなかった。これは真においしい料理を味わうというよりは、儀式のなか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った。すなわち、本膳料理が供されるような儀式の場では、身分秩序が重要な

●料理の流派

日本中世においては、家が職業を伝える単位で、それぞれの家にその役割が与えられていた。

本膳料理が成立をみた室町時代には、大名家のうちに料理を家伝とする家々が生まれ、それに料理書を残した。

●懐石料理

茶の湯の発達に伴って、本膳料理の一部を茶会に出すような形で成立した料理様式である。

本格的な茶会の基本は、いわゆる「お薄」ではなく、「お濃い茶」で、かなり濃厚な茶であるから、胃の刺激を少なくするため、茶を楽しむ前に軽い食事を摂つておく必要があった。

この食事を茶会に合わせる形で発達をみたのが、懐石料理である。

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、それは参会者らの社会的位置関係を物語るものであった。

(1) 茶の湯の発達と懐石料理

こうした堅苦しく延々と続く本膳料理ではなく、その一部のおいしい部分を、自由に楽しもうとして発展をみたのが、懐石料理である。したがって懐石料理は、本膳料理の一部を切り取ったようなものであったが、基本的には料理を楽しむということに力点が置かれている。

しかも懐石料理は、茶の湯の発達に伴うもので、茶会でお茶を最もおいしく楽しもうとする精神から生まれた点が重要であろう。とくに茶の湯は、禅院の茶礼と関係が深く、精進料理の系譜にもつながっており、味覚面のみならず精神面も重視された。

もともと茶会では、闘茶、すなわち賭け茶が流行するとともに、茶そのものよりも酒が優先される場合も少なくなかった。そこに精神面を重んじた珠光や武野紹鷗らが出て、茶の湯の形が整えられていったが、茶会の最後に行われる酒宴の場である後段を、戦国時代後期に千利休が切り捨てるところで完成をみた。

(2) 千利休が影響を与えた懐石料理

とくに利休は、一汁三菜程度の料理を基本とした。茶の湯では一期一会いちごいっしょという精神が強調されたことから、その場での出会いを大切にするという観点が重要視され、一期一会の精神が料理の内容にも大きな影響を与えた。

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あった。さらに、その茶会の一時を大切にするため、食器にも心を配り、盛り付けにも気をつかった。

こうして季節感のみならず色鮮やかな料理や食器の配

●懐石料理の記録

懐石料理の献立は、茶人たちが残した茶会録によって知ることができる。つまり茶人たちは、どのような参会であったかを記録するため、自分の行った自会記と他人が主催した他会記を作成した。これには、使われた茶道具のほか、茶室のしつらえや料理の内容が詳細に記されている。

置、合理化された作法によるもてなしのほか、料理を味わう空間のしつらえにも最善を尽くした。もちろん温かいものを温かいうちにいただけるように、料理を出すタイミングにも充分な計算が施されている。こうして世界的にも評価の高い懐石料理が生まれたのである。

(3) 懐石の呼称

「懐石」の語は、利休の時代には用語としては使われておらず、むしろ会席のほうが一般的であった。ところが近世後期になると、後にみるように大都市には高級料理屋が出現し、そこで会席料理が供されるようになる。しかし、この会席料理は茶の湯とは無関係であった。

より正確にいうなら、戦国時代に成立した懐石料理から、茶の湯の要素を切り捨てたのが、近世の会席料理とみなしてよい。つまり数人が料理屋に出かけて注文し、会席という形で酒を飲み歓談しながら味わう料理が、会席料理であつたということになる。

「懐石」とは、禪の修行僧が温石を懷にして身体を暖め、空腹をしのいだという話に由来するもので、茶事で供される軽い食事を「懐石」と称したことに因む。これは江戸時代も元禄期に入って広く読まれた『南方録』にみえる語で、しかも利休が語ったことを記したとされる同書は、現在では偽書であったことが指摘されている。

したがって、やや紛らわしい話ではあるが、戦国時代に生まれた茶の湯に伴う料理様式を懐石料理(図 I - 1 - 8)とし、近世後期に出現した料理屋で供されるのを会席料理とよぶこととしたい。

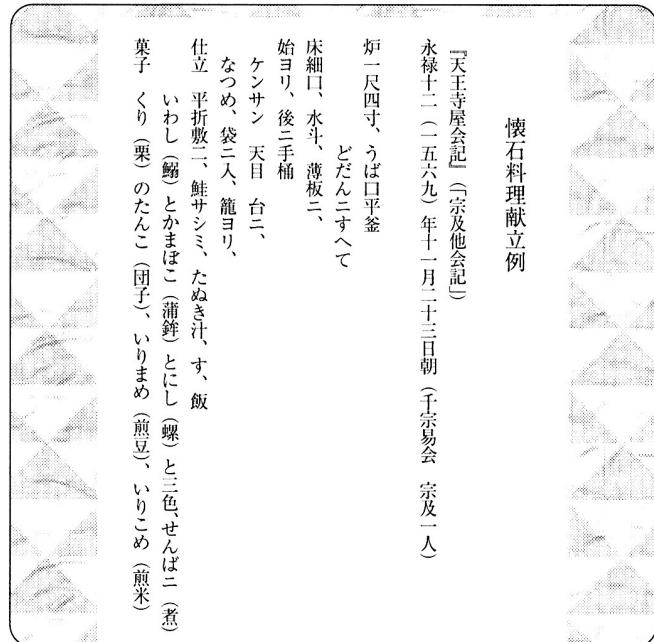


図 I - 1 - 8 懐石料理献立

『天王寺屋会記』、『宗及他会記』