



正月の餅

正月はよく餅を食べる。そこで、食べながらその餅のことを少し考えてみた。
 糯米を蒸して、それを搗いてつくる餅は日本だけでなく、中国雲南省や、ミャンマーの山中に住んでいる人たちでも見た。彼らは日本の餅によく似た丸形や四角のものをつくっていたが、特段、日本のようにハレ(晴)の日に食べるというものでもなく、食べたい時につくる、というものであった。ところが日本では、正月、祭り、建前(新築)、お産(誕生)、七五三などの祝い事には大概餅をつくる。
 なぜかという、米を主食とする日本人は、その米で生かされているので、そこに靈力を深く感じて生きてきた。すなわち米には力がある。その米をぐっと固めて(餅にして)食べれば、その力は体の中に宿り、悪霊を追儼して元気に暮らせるという「力餅」なのである。

大昔、日本への米の伝播に重要にかかわったと考えられる雲南省の人たちには、餅の靈力を信仰する考えは私の調査では確認できなかったことから考えると、餅を力として、一定のハレの日に神様の前で家々の人たちが共に食べる習わしは、日本で考えられた風習なのであろう。

日本人が大昔から、米と同じように靈力ありと信じたのが大豆であった。節分の悪霊(鬼)退治の追儼に撒くのはその例である。その米は水田ではなく、大豆はその水田の畦で育てた。やがてそれが実つて米は飯となり、大豆は味噌汁や醤油、納豆、豆腐などとして食に供される。日本人の食卓の原風景は、元をたどれば水田と畦に行きつき、そこから靈力が宿る穀物信仰が生まれたのである。

そのようなことを考えながら、今日の日本人の食生活を見ると、日増しに欧米化が進んで、米離れ、大豆離れが目に見える。米と大豆を中心とした和食の素晴らしさについて外国の学者たちは、カロリーの摂り方が理想的である、栄養のバランスが整っている、食材はすべてヘルシー(健康的)である、の三点を挙げている。

和食がユネスコの世界遺産に認定されるなど、いかなる国の食事も日本の和食にはかなわないと賞讃されているというのに、肝腎の日本人の多くがそこから遠ざかり続けているのは奇妙なことである。今回は少し固いことを述べたが、正月ぐらいいはじっくり日本人の「食」を考えてみるのも大切なこと

ではなからうか。今、「食育」ということが盛んに言われているけれども、餅を家族一同で食べながら、日本人の「食」を皆で語り合うのも重要な食の教育だと思う。

エビ(海老)は長寿につながる縁起ものとして、正月料理には必ず用いられてきた大切な食材である。さらに、蒸したり、焼いたり、煮たりして熱を加えると、実に鮮やかな紅白の色彩を浮き上がらせるので、ここにも縁起の良さが宿ることになる。そのため、地方によっては正月にエビを使ったちらし寿司をつくり、先ず神棚や仏壇に捧げてから家族全員でそれを食べる風習は少なくない。とにかくその年最初の祝日であるから、寿司もできるだけ華やかな色合いのものに仕上げるのも大切とされている。

その一般的なつくり方は、すし飯(熱いご飯一人前)に酢、砂糖をそれぞれ大サジ半分、塩少々を加えて混ぜ合わせたものに、塩茹でしたクルマエビ(頭と尾と殻を外した身を適当な大きさに切ったもの)、イクラ、カマボコ(紅白の板カマボコを適当な細かさに切ったもの)、グリーンピース(缶詰でよい)、金糸卵(卵焼きを織り込んだもの)、織切り紅シウガ、おぼろを好みの量加えてから静かに混ぜ合わせ、上から織切りした海苔をバラバラまいて完成。

このちらし寿司は色彩が美しく、クルマエビの紅白模様が松の内の気分を大いに高めてくれる。これを碗に盛り、熱い吸い物を脇にしていたくのである。酢飯の甘さを伴った酸味に具の感触、とりわけクルマエビのハリコリ、イクラのプツン、カマボコのシコシコ、グリーンピースのポクポクなどが絶妙だ。何よりクルマエビの存在感が大きく、上品な甘みと優雅な美味は寿司の味全体を支えているのである。

一方、正月には頭付きのエビの塩焼きも出されることが多い。この塩焼きのクルマエビも超特級の美味である。焼き上がった色は天然美食そのもので、鮮やかな赤色と対照的な白とのコントラストは慶賀に張られる紅白の幕そのものである。先ず頭部を胴体から引きちぎり、頭部の切れ目のところに口を付けてチュウチュウと吸うと、中からエビみそ(正確には肝臓)がドロドロと出てきて口の中に広がる。量はわずかであるがコクのある濃厚なうまみは絶妙で、これぞ魔性の味か、と思ってしまうほど食べる人を虜にするのである。

身は殻を外してから口に入れて噛む。すると歯と歯に押し潰される時、ポクリといった感じの音がして、しばらく噛んでいくと絶妙の甘さを伴った優雅なうまみがピュルル、ピュルルと湧き出してくるのである。
 エビを「海老」と書いて古来から吉事に使うのは、腰を曲げるほど長寿を保つ老人のようであり、またそのヒゲ(触覚)や尾をピンと張れば、壮者を思わせるさつそうたる姿になるめでたさにあるという。今年もよい年でありませう。

正月の エビの ちらし 寿司



小泉武夫 Takeo KOIZUMI
 農学博士、特定非営利活動法人発酵文化推進機構理事長。1943年福島県の酒造家に生まれる。醸造学・発酵学・食文化論を切り口に、教育機関、新聞・テレビ・雑誌で食の楽しさと大切さを訴える。東京農業大学名誉教授、鹿児島大学客員教授のほか、多数の教授職や政府の委員・研究員を歴任。

エビの塩焼き

