



平成25年6月3日

## 卓話『民族の食』

分とく山 総料理長

野崎 洋光 様



野崎洋光と申します。南麻布の日本料理「分とく山」の料理長をしております。和食にどれくらい文化があるのかということを日本人がほとんど知らなくなってしまっている感じがするんです。旨い不味いは誰でも言えるけれど、ちょっと見方を変えたら、もっと楽しいことが和食の中あります。例えば和風ステーキの定義は何でしょうか。醤油を使うとか大根おろしとか、いろいろあるんですけど、簡単に言うとカットしてあればいいんです。箸の文化ですから。

例えば料理の名前には季節があること知っていますか。おからのことを卯の花っていいます。でも卯の花って初夏ですから一年中使っていいわけではなくて、冬になると雪花菜(きらず)といいます。

バランスを取ると健康になるという民族の食がございます。これは陰陽五行説からきているんですけど、陽は主役で陰は脇役です。万物には必ず陰と陽がございまして、近年の料理は全部主役になろうとするからバランスが崩れます。包丁にも表と裏があります。包丁を持って刺身を切りましたら切れた面を表に盛ります。マグロでしたら切り口をなるべく見えるように盛るはずです。それで奇数の数字が主役になります。偶数ではなくて奇数が陽数です。お刺身ですと3、5、7という数字を持っているはずです。ワサビは必ず右に添えます。これも理由があります。箸の文化だからです。その刺身を盛るときには、今度は陰の器に盛ります。

箸のマナーをきちっとしたのは鎌倉時代。道元禅師という曹洞宗のお坊様が精進料理を作っ

ています。食でも、よく「味の分かれ目関ヶ原」って言って、関西が薄口って皆さん知つてますよね。特に関東東北がしょっぱい。濃い味をつけたのは理由があって、やはり物流と冷蔵の文化です。

サバを読むなってどういうことかっていうと、冷蔵庫がない、物流がない時代にはサバを一匹ずつ読んでいたら腐ってしまうからです。日本でも昭和50年から宅急便なるものがてきて、朝締めたものがもうその日に私どものレストランに届く時代になりましたから、調理方法は変わっていいはずなんです。

最後に、主役を超えないってどういうことかっていうことを考えていただきたい。海の魚と川の魚どっちが上かっていうと、海の方が旨いから上なんですね。野菜とお魚では魚です。肉を食べたらこれだけの野菜をたくさん食べましょうとか、バランスを考えるということを私たちの先人たちは全部備えてくれたんです。

「あへる」という言葉も和と書きますね。あれは調和が取れているということなんです。そのバランスがとれた食が和なんですね。日本には外国と違つて素材を超えない調味料、味噌、醤油がございます。外国にはこの旨みの元がなくて油脂と乳製品を使わないと旨みが取れないんです。和食は本当はどこより楽しいんだということをちょっとお話しさせていただきました。ありがとうございました。

