

# 火が料理をおいしくする

平松 洋子 Interview with Yoko Hiramatsu

## 電子レンジと炊飯器がない台所

日本やアジアの国々の食文化や暮らしについて私はこれまで書くことを続けてきた。その間ずっと、自分の実際の生活をないがしろにして理屈を書いていくようなことは、できないと感じていた。仕事として書くことと、自分の生活の間にかに開きがないか、それはとても大切なことだった。

数年前のある日に、私は、電子レンジを捨てた。子どもが小さかったころとか、素早く加熱することに価値があったときには、これは本当に重宝した。でも、毎日、仕事をし、食事をつくり、昨日と今日が重なりながら続いていく生活の中でも、何かがやはり変わっていく。電子レンジはもう必要ではない、そう思うときがきてしまった。電子レンジは、調理をするのではなく、加熱するもの。素早く熱を通すうえでは有効な道具だ。

でも、例えば電子レンジでフロッピーを加熱すると、軟らかいところはぐじぐじぐじになり、硬いところには火が通ってない。これはやっぱり「料理」といえない。

今は電子レンジがなくても、なんの不都合もない。逆に、普通に野菜を調理するとき、気づくのは、同じ野菜ひとつでも時期によって味は大きく違うこと。例えば、春先、新キャベツのみずみずしいおいしさもそう。さらには、旬のものを薄い味付けで調理すると、やさしくそのままの味わい、仄かな味の違いがわかる。

そして数年後には、炊飯器も手放した。今は土鍋で毎朝炊いてきたてのごはんを家族で食べる。おこげもおいしいし、お昼はおにぎりになったり、夜はお粥にしたり。そして、次の日には気持ちよくお腹が空いているので、またお鍋でごはんを炊く。

蒸らしたてのごはんには、あとはお漬物とお味噌汁、煮物と焼き魚でもあればほんとにもう

十分。目先が変わったものでなくてもいい。

でも、料理ってすごいな、怖いというのは、味にそのまま、やっっていることが出てくること。

炊飯器でごはんを炊くと、毎日大体同じ味だ。ところが鍋で炊くと、その日その日で味が違う。おいしく炊けはするけれど、炊きあがりやが微妙に変化する。今日はちょっと水が多かったかなとか、今日はちょっと火が強くて、おこげが多めにできちゃったとか。

炊飯器でごはんを炊いていたときは、毎日同じ炊き上がりが当然だと思っていた。でも、そこから離れると、やっぱり、お米と水と火でごはんができるんだという、ごく当たり前のことに気づく。だから、微妙な火加減やちょっと火を弱めるとき、タイミン、他の用事をしていて遅かったなど、ほんとに如実にごはんの味にはね返ってくる。だから、当たり前のことだけれど、台所仕事というのは、火で料理している、火を使っているんだ、ということをもっと実感する。



アジア各国で集めた台所道具。木のお玉やへら(左上)、竹の蒸籠(右上)、タイの石うす「クロック」(左下)、包丁たては香港で求めた

## 鍋でごはんを炊くことから はじまること

毎日のことを繰り返しながら、台所は実にさまざまな要素が入っている仕事場だと思う。

そのときに、自分の台所道具について、客観的に使い勝手のよしあしを考えてみることも大切だ。例えば、土鍋でごはんを炊くのだったら、土鍋のための水が少し余分に必要になる。これは「土鍋の分け前」というもので、この鍋ならどれくらい要るのか、それはなぜなのか、考えながら使っているうちにわかってくる。

鍋でごはんを炊いていると言うと、「蓋は絶対に開けちゃいけないでしょ」とよく尋ねられる。けれど、蓋を開けないのは、内側にこもった熱を逃さないでふくらむと蒸らし上げるため。その

とき、お米の旨味や甘さを花開かせるようにしたいからで、その前までなら開けても構わない。もちろん何度も開けたり、開けたままにしているのはだめ。水が蒸発して少なくなっていく。だから、「蓋を開けない」ということの意味は何かを考えながらやっている、本当のところがわかってくる。

薪を使って竈でごはんを炊いていた時代は、子どもも手伝われた。そのとき自然に、「こういうときはお水をこれくらい入れるのよ」とか、「今吹いているから、こうするのよ」とか。要するに生活の中で、いろいろな生活手段や、智慧のようなものや工夫が、全く当たり前のかたちで伝承されていた。今は日常生活の中で、ごく自然に火を扱う局面が少ないので、火をどう扱えばよいか、大人でもわからなくなっている。

キャンプのときやバーベキューをする以外は火について、自分で経験したり、人から教わったりという機会がそんなにない。だから考える訓練ができていない。コンロの火だつて、弱火、中火、強火と、つまみを回せばすむ。でも、それは火のコントロールとは言わない。火を扱うというのは、例えば消えそうになったときには風をこんなふうを利用するとか、これ以上沸騰させたくないときは火と鍋を離すとか、それは生活の智慧であり技でもある。私自身にしても、ご飯を炊飯器で炊かないという、たまたまそれだけのことで、思いもよらなかつたことに気づかされた。火の扱い、火のコントロールの意味を自分で考えて知る。その中で、生活の流れのようなものがたちづくられた。同時に、火や水、道具などをどうやって扱うのかということまで考えさせてくれた。

## どこにでも火があるアジアの国々

アジアの国の多くでは、いまも練炭や炭や薪を使うことが多く、日常生活のなかで簡便に火を起こしている。その一番の大きな特徴は、どこでも火が起こせるということ。燃料と七輪のような道具さえあれば、家の中ではなくて、路上でも煮炊きができる。ある意味で本当に自由だ。

タイのごはんは煮たり蒸したりしてつくる。路上で蒸すこともある。だから、今の日本人が、こうでなければと思うこんでいるごはんの炊き方が、絶対的なものではないこともわかる。

ひとりの米不足のときに、日本人の多くは初めて長粒米というものに出会った。そのとき、実に驚くようなことが起こった。新聞やテレビでも、日本のお米のもちとした感じに近づけるには、モチ米を混ぜるとか、サラダ油を入れて炊けばいいとか連日のように騒ぎ立てた。全く異なる特徴を持ったお米をむりやり自分たちの好みに引き寄せるやり方。これではあまりにも了見が狭い。

あのとき結局、タイ米はまずいということになった。でも、長粒米には長粒米の良さがある。その長所を長所として活かして、よりポジティブに楽しむことができなければ、それは生活能力の欠如につながるのではない。

明治以来、日本人は外のものを取り入れるのはものすごく上手だけれど、多くの場合は、自分の都合のいいように大きくかたちを変えてきた。たとえばカレーライスは、日本風に全く違うものにして受け入れた。それがこんなに定着した理

「火」のある暮らしの現在



ごはんを炊く道具は土鍋(右上)、鋳物のお釜(左上)、文化鍋(右下)など。炊いたごはんが余ると、陶器の飯びつに移して保存する

由は、日本人のごはん好きにある。カレーなら白いごはんをたくさんおいしく食べられるからだ。でも、インドのようにカレーが日常食の国ではこの野菜だったらこのスパイス、この野菜にはこれを加えてというふうには、その食材をおいしく食べるための料理がカレー。だからスパイスの使い方や火の通し方は日本とは根本的に違う。逆に私たちが食べているお米でスパイスを多用したカレーを食べてもそもそものおいしさは生かしきれない。文化の違いを理解するというのは、結局は違いを認めて尊敬することだと思う。

日本人は、ガスのコックをひねって火の調節をすることしかできないのに、アジアの路上や台所ではたとえ子どもでも見事に火を扱う。どちらが生活者としてたくましいだろうか。今の日本の暮らしには、逆に脆弱さを感じてしまう。

もう一度暮らしの土台を見つめ直して

日本の住宅にしても、以前は今のようには密閉された空間ではなく、自然に風が通っていた。つまり、これまで日本人が生活を営んできた、基本的な生活空間が大きく変化してしまっている。

台所道具でも、昔は木や竹や棕櫚など、自然素材のものがたくさんあった。ところが、これらを実際に使ってみると、密閉されたマンションでは風が通らないから洗ったあとに、気持ちよく乾きづらい。その点では伝統的な道具が逆に使いにくくなっている。

でも、やっぱり道具は人の暮らしの智慧そのものだ。ひとつひとつその道具ならではの良さがあって、使わないでいるのが本当に惜しいものたくさんある。

蒸籠でさつと蒸したおいしさ、竹を削った鬼おろしで大根をおろし、ざくざくに切れて水分がじわっとほとばしるおいしさ……使ってみると道具によって味が全く違うことに気づく。ちょっと面倒だけど、おいしいから使ってみようとか、これだと何か楽しいよねと、次も手が伸びる。そんな道具はきつとなくなりはない。

料理をしない人が増えているというけれど、その点も多分同じだろう。例えば、コンビニ食だけで暮らしているような若い人にかつお節と昆布でのだしをとった味噌汁とインスタントのものとを比べてもらったら、きつと十人が十人とも、おだしをとった方がおいしいと言うはずだ。味覚というのはそんなに捨てたものじゃない。ものを味わい分け

る力は根源的な能力として人間の中にあると思う。あとはそれをどう生かすかは人それぞれ。

むしろたいへんなのは、今の日本では、食生活や暮らし全体の土台部分が失われているように思えることだ。例えば、この季節には何を食べるとおいしくて、翌月になたら何が旬になるとか、昔は当たり前だったことが忘れられている。食べ方もそうだし、器のこともそう。ものすごくバランスが悪い状況になっている。

他のアジアの国々に実際に足を運んでみると、自分たちが積み重ねてきた、良かろうと悪かろうと、その上に今日があるという暮らしの背景がまだ今もある。それらと比べると、日本人の生活からは、途中がすっぽりと抜け落ちているのだと痛切に感じる。

日本人は、一体何を大事にしてきたのだろうか。その土台にしっかりと立つたうえで毎日の営み。もう一度見直すべきものはそこにあるように思えてならない。

(本稿は、平松洋子氏へのインタビューをもとに、CEL編集部がまとめたものです)

□ 平松 洋子(ひらまつ・ようこ)

フリージャーナリスト、エッセイスト。倉敷市生まれ。東京女子大学文学部社会学科卒業。世界各地に取材し、食文化と暮らしをテーマに執筆。著書に『旬の味、だしの味——「ふる」語りつくし』『台所道具の楽しみ(共に新潮社)』『平松洋子の台所』『ツクマン社』『アジアおいしい話(ちくま文庫)』『アジアひとさじの手力(雄鶏社)』ほか多数。共著に『鍋で「はん」を炊こう』(地球丸など)。