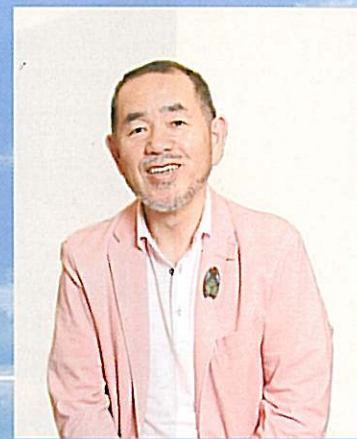


食べることの原点から考え、最先端の料理を生み出す

山本 益博
(料理評論家)

中原 悦夫
(常任理事・編集委員長)



- 日時：2013年7月30日（火）
- 場所：クリニック デュボワ

箸の長さが表すもの、そこに食の原点がある

中原 いまの時代、栄養やおいしさといったことより、経済合理性が優先されてしまいがちです。かと思うと、細胞レベルで栄養医学の研究が進み、栄養をとるためにはサプリメントをいかに使うかなどという話になっています。食育、食育と言いながら、どうも世の中おかしな方向に向かっているように感じます。その点、山本さんはどうお考えですか。

山本 世の中の動きが混沌としちゃってわかりにくくなっているときは、原点に還ってみるといいと思います。食育っていうと、学校とか教育機関に任せっぱなしにしちゃっていますが、本来は家庭とか地域でやるもので、何を教えればいいのかという、ごく基本的なことです。たとえば、食事のときに使う箸、誰に持ち方を教わりましたか？

中原 親ですね。

山本 そうですね。じゃあ、この箸の寸法をご存じですか。

中原 いいえ、知りません。

山本 これ、7寸5分あるんです（1寸は約3.03cm、7寸5分で約22.725cm。市販の箸の長さは男性用で22.5cmが標準）。割り箸もだいたいこの長さです。持ち方ぐらいは教わりますが、いまどきは、箸の寸法とかその意味といったところまで教えている親はまずいません。

Masuiro Yamamoto

- 1948年、東京生まれ。早稲田大学第二文学部卒業。卒論「桂文楽の世界」が出版され、評論家に。
- 関西テレビ「花王名人劇場」のプロデューサーを務めた後、料理中心の評論活動に入る。料理人とのコラボによるイベントも数多く企画。テレビ朝日「探検レストラン」では、小淵沢の駅弁「元氣甲斐」の商品開発、荻窪のラーメン屋開業プロジェクトに参加。
- 2001年、フランス政府より、農事功勞勲章シュヴァリエ受勲。

中原 そうですね、ほとんど知らないと思います。

山本 生まれてから死ぬまで、おそらく日本人がもっともお世話になる道具であり、食という命をつなぐ活動に、なくてはならないものです。したがって、持ち方だけではなくその意味までちゃんと伝えなくちゃいけない。そうでなければ、正しく使いこなせない。長さなんてどうだっていいじゃないか、ということになってしまいます。

中原 ということは、7寸5分でなければいけない理由があるわけですよね。

山本 そういうことです。まず、7寸5分という長さがあるからきているかというと、肘をこうテーブルについたときの、尺骨頭（小指側、手首下の骨が出ている部分）までの長さを基準にしているんです。

中原 その長さをもっとも日本人に使いやすいというわけですか。

山本 人体生理に合っているもので、長時間使っても疲れません。ただ、この長さの意味はそれだけではなく、1本7寸5分の箸を縦に並べた1尺5寸、約45cmという長さがさらに重要です。お寿司屋さんへ行くとわかるのですが、カウンターの幅がびたり1尺5寸なんです。今度、行ったとき、割り箸を割ったら縦に並べてみてください。

中原 それは、どのお寿司屋さんへ行ってもそうですね。

山本 もちろんお寿司屋さんもそうですね。天ぷら屋でも小料理屋でも、ちゃんとわかっているところは1尺5寸にしてあるはずですよ。そうして、これはカウンターの幅だけではなく、料理人が料理をするまな板の幅もやっぱり1尺5寸なんです。

中原 カウンターと同じ、それはまたどんな意味があるんですか。

山本 まず、料理がしやすいということが一つですが、もうひとつ、まな板の1尺5寸、カウンターの1尺5寸を合わせると3尺（約90cm）で、この距離こそ、客と店主が話をするのにちょうどよい距離なんです（心理学では、気



安い会話をするのに適した距離を固体距離といい、45～120 cmの間とされる)。

中原 空間がきちんと設計されるんですね。

山本 そうということがわかると、カウンター越しに食べるということは、店主との会話とか、空気も一緒に食べることだとわかるはずなんです。となりの女性との会話ばかりに気を取られているような人、最近、多いですよ。それでは、店がお客さんに提供している、味とか食べ方、思いみたいなものは十分に伝わりません。

食べることは、 料理を作る人の思いもいただくこと

中原 料理人がお客さんに提供しているのは料理だけではないわけですね。

山本 その通りです。いまこの時期に、こういう食べ方をしてもらいたい、何を味わってもらいたい、店の雰囲気を含め感じてほしいと思って提供しているわけです。それを知らずに、ただ有名なシェフだから、星付きの店だからといっても、本当の価値なんてわからない。僕は美食家のように言われるけど、本当はおいしいものを食べたいのではなく、ものをおいしく食べようとしているだけなんです。

中原 おいしく食べるには、なんでこういう形で提供されているかを知らないといけない。箸の長さというのは、その基本中の基本のところにあたるわけですね。

山本 そうですね。もうひとつ、ついでに言うと、そば屋に行きますよね。すると、ツユが徳利に入って出てくる。そこに、空のお猪口がちょこんとかぶせてある。どう使いますか？

中原 どうって、お猪口に適当な量のツユを徳利から注

いで、薄くなってきたら注ぎ足しますかね。

山本 普通、そうですね。面倒だというので、最初から徳利のツユを全部お猪口にあげちゃう人もいます。すると、徳利で出てくる意味がないですよ。

中原 そういえば、なぜわざわざ徳利で出てくるのでしょうか。お恥ずかしながら、まったく考えたこともありませんでした。

山本 いえ、僕も知らずに恥をかいたんです。19歳のときでした。よくしてもらった寿司屋の親方に初めて浅草のそば屋につれていってもらって、そのとき、やっぱり僕も、さっそく、徳利からお猪口にとととととおツユを移し換えちゃって、いきなり叱られたんです。「おいおい、山ちゃん何てことするんだい。徳利とお猪口が別々に出てきているってえことを考えねえといけねえよ」というわけです。

中原 江戸弁なんですね。

山本 そう、江戸弁で、お猪口に注いじゃったツユを「戻せ」と言われていったん徳利に戻して、「こうやるんだよ」と、親方が教えてくれたのは、お猪口の底が薄っすら見えるぐらいにツユを入れて、「それでそばをたぐるんだよ」と。

中原 たぐる？

山本 そう、江戸っ子は、そばを「たぐる(手繰る)」と言うんです。「食べる」とか「すする」とは言わない。それは、食べるときの動作なんですね。

中原 それも知りませんでした。

山本 でしょう。で、そうやって、薄く垂らしたツユにひたしてたぐると、必要以上にツユがそばに絡まらずに、おいしく食べられる。で、すぐにツユがなくなるから、徳利から注ぎ足し注ぎ足ししながらたぐると、そばが最後まで

おいしく、しかも粋に味わえるわけです。

中原 なるほど、徳利をつけることで、そこに「こうやって食べてほしい」という店主の思いが入っているんですね。

山本 そうです。それは、徳利だけじゃなくて、たとえば薬味も、小皿に入った状態で出てきますよね。あれも、「お好みでどうぞ」ということで、ツユとは別々になっている。それを最初から、がばっとあげちゃだめなんです。せっかくのそばの風味が台無し。あるいは、盛り方にしても、そばの真ん中を箸でつまみ上げれば、きれいに取り分けられるようにちゃんと盛ってあるのに、知らないのがばっとすくいあげちゃうと、おいしさが半減しちゃう。

御飯のもっともおいしい食べ方

中原 箸の上げ下げから文句を言われるというけど、でも、そうやって実は文化を継承してきたんですね。

山本 まったくそうですね。これを19歳のときに出会った料理人に幸運にも教わるのができたおかげで、いまの僕があるんです。最近では、食べているところにいちいち口を出されるのはうっとうしいというので、食べ方を伝えてあげる大人がいなくなった。おかげで、徳利を使う人がなくなっちゃったから、そば屋でも徳利を使わなくなってしまいました。文化が一つなくなってしまったんです。

中原 そういうところをきちんと教えてあげることが、食育の第一歩なんでしょうね。

山本 もうひとつ、御飯の話をしましょうか。御飯は、なぜ「御」をつけるか、ご存じですか。

中原 それは、お米をいただけることへの感謝だと思いますが。

山本 なるほど、間違いではありませんが、正確に言うと、「御飯」と呼ぶのは朝炊いたお米だけなんです。なぜかというところ、江戸時代には、御飯を炊くのは朝だけで、それは貴重な薪と水を節約するためでした。つまり、炊き立てを食べられるのは朝だけなんです。それで、ピカピカの炊き立て熱々を、尊称を込めて御をつけ、「御飯」と呼んだ。冷めたものに御はつけず、単に「飯(めし)」と言ったんです。だから、江戸時代は「朝御飯」、「昼飯」、「晩飯」です。

中原 数十年お米を食べてきて、この年までそんなことも知らなかったです。

山本 それで、熱々の炊き立ての御飯をいただいた後、残ったものはすぐおむすびにして、ざるに入れて布巾をかけておけば、夏場でもいたまない。それでお昼、お腹すいたらざるからとって食べるわけです。夜になると、さすがに水分が飛んでかちこちになっちゃうから、温かいお茶漬けにして食べた。これが、江戸の食生活の基本です。貧しい中でも、そうやって、なるべくおいしく食べる工夫

をしていたんです。

中原 いまは電気炊飯器でいつでも炊き立ての御飯が食べられるのに、江戸時代の人たちよりおいしく食べているかどうか、疑問ですよ。

山本 まったくです。昔、土釜で炊いていたときは、嗅覚とか聴覚を通して、勘を働かせて炊きあがりを察知していました。でも、それが電気炊飯器になったら、「いま、お釜の中がどうなっているのかな」とイマジネーション働かす人は少ない。実は、炊飯器メーカーの人に言わせると、電気炊飯器というのは炊きあがりを知らせるチャイムが鳴る5分前に、炊きあがっているんです。

中原 ピッピッピッと鳴った時点では、もう蒸らしに入っている。

山本 そうです。で、御飯というのは、炊きあがった瞬間がもっともみずみずしくて、その状態を「御飯の赤ちゃん」と僕は呼んでいるんですが、最高においしい瞬間なんです。そのあとは加速度的に風味が損なわれていく。

中原 たった5分でも、蒸らしたらもうおいしくない。

山本 蒸らしたらだめ。蒸気の圧力で余計な水分を逃がすために必要だと言うけれど、それはお釜で炊いていたときの話です。炊飯器は、炊きあげたときの御飯と空気が黄金配列になっているのに、かき混ぜる必要はないんです。

中原 ほとんどの家庭では、炊いた瞬間にほごほごとかき混ぜてしまっていますよね。

山本 あれは、まったく意味がありません。だから、うちでは、炊きあがり5分前に、もうパッとふたを開けちゃう。そうして、御飯のちょうど真ん中を割と深めに、御飯粒をつぶさないようにしゃもじをすっと入れて、中心部分をすくい上げる。この部分が一番おいしいんです。それをかき混ぜてしまうのはもったいない。

中原 そういうことは、われわれまったく教わっていませんよね。

山本 でも、これ、論より証拠、食べてみると一発です。たとえば、うちにお客さんがきたときにも、妻の料理を召し上がっていた後、私が炊きあげた御飯をおだしするんですが、みなさんが締め御飯を食べるときに、ちょうど炊きあがりのタイミングが合うように僕はすごく気を使う。そうして、炊きあがったお米をさっきの要領ですくい上げて、そのまま形を壊さないようにお茶碗によそい、醤油をちょっと垂らしただけでさっさとだす。これが、お醤油の香りがプンと立って実においしい。

中原 聞いているだけでもよだれが出そうです。

山本 でしょう。で、お客さんから翌日、お礼のメールがくる。すると、「おいしかったです。とくに、炊き立ての御飯としょうゆ、あれが最高でした」というわけです。妻ががっかりするんですよ。一生懸命に料理をつくって

も、あなたの御飯に全部もっていられるって。

中原 それぐらい、食べれば一発で伝わるわけですね。

山本 だから、翌日からはみんな同じように、炊きあがりの5分前にはお釜を開けて、真ん中のおいしいところを食べるようになります。そういうように、体験によって継承していくことと、もうひとつ、言葉をよく知ることも手掛かりになります。たとえば、御飯を「よそう」というのを漢字でどう書くかご存じですか。

中原 いえ、わからないですね。

山本 「装う(よそおう)」と書いて「装う(よそう)」と読むんです。だから、御飯は盛るんじゃなくて装うものであり、美しく着飾んなきゃいけない。そういうことを、お母さん、お父さんが子どもに教えてあげるのが、本当の食育じゃないでしょうか。

中原 確かに、最近、気づいたんですが、英語の「success」の語源は、「succession」つまり、「継承」なんですよ。つまり、事業にしても文化にしても、興すだけではだめで、次代に継承できて初めて成功なんだと思います。

おいしく食べることがエレガントさにつながる

山本 もともと日本では、テレビも新聞もなかった時代から、ちゃんと連綿と文化を継承してきたんですけどね、それが戦争で途絶えちゃったのか、それとも、父性の権威がなくなったからなのか、いずれにしても、継承されなくなったのが問題です。

中原 社会人になるとき、マナーがわからなくて、慌ててマナー教室に通ったりしていますけど、型どおりでどうにも気持ちがこもっていません。

山本 そうなんですよ。マナーって、型も大事なんですけど、そもそもの意味を考えないと、以前、さる有名なホテルで行われた結婚式に出席したとき、最初にエスカルゴのクリーム煮が出て、おいしかったんですけど、ソースが残っちゃった。そこで、次の料理に使うスプーンを使って食べ始めたら、サービス係が飛んできて、「お客様、それは次の料理に使うスプーンです」と言ってとめるわけです。改めてスプーンを一つ余計に持ってくればいいだけなのに、向こうにしてみれば「手順が狂っちゃう」ということになっちゃう。

中原 型にはまってしまうんですね。

山本 で、今度は、伊勢エビのテルミドールが出てきて、これもおいしかったんですけど、食べ終わった後、エビの殻が残るでしょう。あれが、あまりきれいじゃないなと思ってひっくり返したら、同じテーブルの人が、「益博さんがああやっているんだからきっとマナーなんだろう」と思ってみんな同じようにやるわけです。



中原 別にマナーじゃないのに。

山本 そう、マナーじゃないのに、そうしたほうがきれいかなと思いつきでやっただけなんです。結局、マナーの根拠というのは、どうやったらおいしく食べられるか、どうやったらスマートに食べられるかということの結果としてあるものです。だから、本質は礼儀じゃなくて、もっとおいしく食べたいんです。

中原 それが結局、エレガントな食べ方になっていくと。

山本 そう思います。ついこの間も、銀座のレストランに行ったとき、エビの料理のソースがとくにおいしくて、しかも、皿の端にきれいな円形を描くように盛ってある。そこで僕は、「よーし、この皿を誰よりも粹に食べてやろう」と思って、食べ終わった後、いつもならソースをパンでぬぐってしまうんだけど、そこで、ソースのサークルを壊さないように、外縁のほんの数ミリだけを拭わないでわざと残し、食べ終えた。そしたら、サービス係が下げるときに、「この食べ方すごいですね。シェフに見せてきます」というわけです。

中原 マナーでは、そのように食べると決まっているわけではないですよ。

山本 僕がそのほうがいいと思っただけです。で、サービス係が料理場から戻ってきたときに、ちょっと気になって「シェフに見せてどうだった？」と聞いたら、「益博さんの食べ終わった皿に感動して、スマホで写真を撮りました」というわけです。

中原 なるほど、そこで通じたんですね。まさに、シェフの思いを理解して、感じ取って、思い描いたように、きれいに食べてくれたと。

山本 そうだと思います。やっぱりそれは、マナーじゃなくて、もっとおいしく食べたいからです。だって、シェフは、どうやっておいしく食べてもらおうかといろいろ考えて提供しているわけですよ。だから、そのシェフの思いを汲み取って、その通りに食べたほうが絶対においしいはずなんです。

フランスの権威が崩れた料理界の覇権は誰の手に

中原 フランス料理の話がでましたが、そういうように、海外からの食文化の流入もあって、もともとの日本の伝統様式を守っていくことが、どんどん難しくなっている時代背景もあると思いますが、

山本 そうとばかりも言えませんよ。

中原 というത്？

山本 世界最高峰の料理といえば、20世紀までは圧倒的にフランスだったんですが、いまはもう、国も人も地域も関係なくなりました。流れが変わったのは、スペイン人のフェラン・アドリアという人の登場です。彼が、80年代後半に「エルブリ」の料理長になると、60年代から70年代に世界を席巻したポール・ボキューズ、80年代に登場したジョエル・ロブション、90年代のアラン・デュカスと続いたフランスの黄金時代を打ち破り、世界一のレストランの称号を獲得するんです。

中原 ロブションの後、フランスから人材は出てきてないんですね。

山本 これによって、フランスの権威は崩れ、一気に料理の覇権が世界に広がろうとしています。「エルブリ」が2011年に閉店し、いまもっとも世界で人気のあるレストランはどこになったかという、一つはロンドンの「ザ・ファット・ダック」、もうひとつはコペンハーゲンの「noma」です。特に、この「noma」というのは、ベースはフランス料理なんですが、北欧5カ国の食材だけでコースをつくる「北欧料理」なのに、今世界中から予約のお客さんが殺到して、わずか40席の店にキャンセル待ちが毎日1,000人です。

中原 1日1,000人ですか。

山本 本当に予約がとれない。僕はそこにどうにかして行きたいと思って、結局2度行った。それは、どうやったかという、1週間滞在するつもりで、コペンハーゲンの安宿に泊まりこむんです。そして、毎朝11時に店に予約の電話をいれる。すると当然、予約で満杯です。だけど、お客さんは世界中から来るので、飛行機が遅れるとかいろいろ理由があって必ず1日数組のキャンセルがでる。それで、「いま空きました」というと、タクシーを飛ばしてすぐにつける、というわけです。

中原 料理のためにそこまでするわけですね。

山本 そういうように、一昔前は、料理といえばフランスで、世界で一番最先端の料理を食べるためにはフランスに行かないといけないし、シェフとして身を立ようと思えばフランスで修業するという時代でした。それがいま、流れが変わって、別にフランスでなくても、「エルブリ」がスペインの食材と料理で世界一になり、「noma」が北欧の

食材と料理で世界一になったように、自分の育った国や地域の味で勝負できる時代になったということです。

中原 世界で料理の覇権を握るチャンスがきたわけですね。

山本 そのとおり。ベースはやっぱりフランス料理になるのは間違いないんですが、すごく応用のできる料理なので、つくる料理はフランス料理に限定されません。だから日本人にとってもすごいチャンスです。それも、東京や大阪だけじゃなくて、たとえば、フランスでもアメリカでも、そのとき一番流行っている店に修業に行くと、故郷に帰って自分の育った街の食材、母親の作ってくれた味で勝負して、世界中からお客さんが来る時代です。「エルブリ」もすごい辺鄙なところにあったし、「noma」もコペンハーゲンの繁華街から離れた倉庫街みたいなところにポツンとある、本当に小さい店です。でも、世界中から毎日1,000人の予約客が殺到する。いまはそういう時代です。

中原 そういう意味では非常に恵まれている点としては、国も地域もボーダレスになってきて、むしろ、東京や大阪とか、世界中誰もが知っているような土地の文化だけじゃなくて、誰もまだ知らない地域の魅力に注目が集まる時代ですよ。

日本の地方料理人が、世界一のシェフになる日がくる

山本 それで思いだしたんですが、いま僕が目している「龍吟」という店があるんですが、

中原 それは日本料理ですか。

山本 日本料理なんですが、これまでの日本料理の常識を打ち破っているんです。たとえば、いまだと鮎の季節ですが、この店では、18センチ未満の鮎しか扱いません。それは、頭からボロボロ食べられて、しかもちょうど三口で食べられるようにです。なぜ三口かという、頭からしっぽまで、味が違うからです。最初の一口目、これは頭からはらわたのあたりですから、骨が多く、ちょっと苦いので、から揚げで骨まで食べる。真ん中は肉厚な部分なので塩焼きでいただく。そして、しっぽは味の深みを増す干物なんです。これをビールでやると傑作です。そういうふうには計算された料理なので、鮎が大きくなると料理として使わない。だから、8月の中旬になると鮎料理はやめてしまうんです。

中原 鮎が大きくなりすぎるから。

山本 それと、いまだと鰻料理の季節です。これも、こだわっています。よく、鰻の骨切りの技を誇る人がいますよね。伝統の技だというんだけど、いままでの切り方だと、どれだけうまく切ってもどうしても身の形がくずれてしまうんです。それが彼は気に食わない。どうしたらもっ

ときれいに切れるか、試行錯誤の末、彼はCTスキャンにかけたんです。

中原 あの魚の鰹を？

山本 鰹をです。骨の構造がどうなっているか、CTスキャンにかければわかるんじゃないかと発想して、そうして、三次元映像で見たら、鰹の骨は垂直じゃないことがわかる。そこで彼は、ある角度を割り出し、まな板を斜めにして、そこに鰹を乗せて切るという方法にたどりつくんです。そうすると、型も崩れないし、むちゃくちゃおいしい。

中原 つまり、日本料理だってまだまだいくらでも革新できるわけですよね。

山本 まったくその通り。

中原 日本の料理人が世界の頂点に立つ日がくるかもしれません。

山本 その可能性は十二分にあります。現時点で世界一になってもおかしくないほど力のある料理人も存在しているはずですが、ただ問題は、日本は50歳代以上の人がまだ居座っていて、世代交代がないことです。

中原 世界の料理人のトップはもう若手に移っているんですか。

山本 もういまは、30歳代から40歳代の人々がトップです。先ほどの「noma」のオーナーシェフはまだ30歳代です。フェラン・アドリアが「エルブリ」を閉めたときに彼はまだ50歳の少し手前でした。もう自分は一生分稼いだからと、いまは一線を退いて、後進の指導や料理の研究にいそしんでいます。

中原 まさに継承していく、ということをしているんですね。

山本 それが本来の姿です。50歳、60歳代になって、もう名誉もお金も手にしたら、自分は一線から退いて、次世代のために席を空けないと。それが、いつまでもどかないものだから、若い人の出る芽を摘んじゃっている。非常に残念です。だから、僕はそういう人のお手伝いをしないといけない。僕が19歳のときにお寿司屋さんの親方に引っ張り上げてもらったように、今度は僕が若い人を引き上げてあげないといけないと思っています。