

江戸ソバリエ、日中蕎麦の根文化交流：食いしん坊編

江戸ソバリエ第二次北京プロジェクト



*世界三大料理として有名な中国・フランス・トルコ料理。

この度の中国旅行では、その中の一つの中国料理の・・・お粥・揚げパン・蒸し

パン・餃子・麺と野菜・肉・ナッツなどを毎食堪能致しました。

(木崎利江子)

*食べた、食べた！

孫先生のお陰で沢山の中国料理を食べた。それをご配慮もあって重ならないメニュー・調理法でいろいろな料理を食べさせて頂いた。

平素私たち日本人は中国料理を特別のものとしてではなく日々頂いている。ですから、かなり食べたことがある料理が多い筈ですが、食いしん坊の私の知る知識も及ばぬ食品や調理法に出会った。それらの中から今回出会ったいくつかを紹介させて頂こうと思います。

- ① 「真っ白ハートの杏仁」と青菜の炒め物
承德市の火鍋屋に出てきた青菜(蕨みたいなもの)と炒められていた、それも真っ白なハートの形は皮を剥いた生の「杏仁」でした。

日本で知られる「杏仁豆腐」は薬膳料理の一つ。喘息や乾性咳嗽(空咳)の治療薬で杏の



【真っ白ハートの杏仁と青菜の炒め物】

種の中の仁(核)を取り出し粉末にしたものを、柔らかく固めたデザートです。

承德土産には生の杏仁の皮を剥いたもの、皮付きで炒ったものがある。炒った杏仁はアーモンドと見間違ふほどの形で美味しい。ハートの杏仁は生のまま皮を取り除いた杏仁、一晩水に漬けておき調理するそうです。しかし、厚生省ではタピオカ同様、シアン化合物食品として喫食時に10ppm以下になるよう指導が行われているようだ。たくさん食べ過ぎてはいけないよということですね。



【生の杏仁と炒った杏仁】

- ② 乾燥豆腐「豆腐干絲」と青菜の和え物

「豆腐干絲」は硬めに作られた豆腐を加圧し水分を除いたものですが、揚げ物・炒め物・煮物など、中国ではポピュラーな豆腐の一つ。現代健康志向の中国では、素食(ベジタリアン)の人の“肉替わり”の食材として、また女性達のヘルシーメ

ニューとして注目をされているようだ。

かなり硬い麺状の豆腐、北京の路地にあった食料品店には色も形態も何種類かの物が量り売りで並んでいた。そのものに個性的な味もないので、調理によって様々な味をつけることで美味しく頂ける素材である。



【豆腐干絲料理】

③ 水で戻す蕎麦「泡面」＝即席麺

フォーラムに参加した赤峰市の蕎麦生産者の方からのプレゼントで頂いた「泡面」は包装の裏面に書かれた食べ方を読み解くと「涼面は50°のぬるま湯に30～60分漬け、水に浸し」とある。水なら一晩漬けておけと言われました。要は水で戻して食べられる麺です。これは中々重宝だ、茹でずに済むので栄養分もさほど流失しないし簡単に食べられる。



【泡面】

④ 莜麵栲栳栳（ヨウミェンカオラオラオ）

みんなを一番驚かせたのはこの“ハチの巣”のような麺でした。使用しているのは^{ようまい}莜麦（燕麦：カラスムギに似た麦の一種）の粉、そして、栲栳栳とは、栲が植物の意味で、栳栳が、筒状ものを指すらしいです。（諸説あります）

練った粉を手の平で薄く伸ばし、指にくるっと筒状に巻いて簞の子に立てていく。そのまま蒸すとでき上がり。たれをつけて食べるものも餡かけ状にして頂くのも、どちらも頂いた。“麺は山西省にあり”と言われるほど数々あるようだが、これも麺！とは、いやはやこの形状には皆感激！



後日談ですが、このハチの巣麺を日本で再現したいと考えていると、東新宿に「山西亭」という山西省出身の李さんが料理人のお母さんから教えて貰った山西省の郷土料理を提供している店があり、メニューの中に「莜麵栲栳栳」があった！まずは食べに行ってみよう。そして材料や作り方のコツなど教えて貰えればとメンバー4人で行ってみた。

李さんは大変親切な方で他にもお客様がいる中、粉のこと、平たく伸ばす方法を説明しながら実演してくれた。早速今月後半に練習会をすることにした。

この店は刀削麺も有名だが、その他の麺のメニューが沢山あった。その中に「炒^{グワンチャン}蕎麦灌腸」（蕎麦餅の炒め物）と「蕎麦灌腸サラダ」（蕎麦餅のサラダ）の2つの蕎麦料理があったので頂いた。オイスターソース主体で味付けられた炒め物は殊の外美味しく、蕎麦とソースの味が素晴らしい一品でした。

【承德での莜麵栲栳栳】



【山西亭の苜麵栲栳】

【炒蕎麦^{グワンチャン}灌腸】

【蕎麦灌腸サラダ】

*最後にお金の話も如何かとは思いますが中国での食事の物価は、10品それ以上の料理を毎回頂いたのですが、10人ほどでお腹一杯、尚且つ食べきれない程の料理で800~900元（11月15日の日本円→元の換金のレートは19.38）くらい。北京の街歩きの時に「町の人々の食べるランチ体験」と称して、ガイドをしてくださった朱さん（本業は北京放送のアナウンサーとのこと）をお願いして連れて行って貰いました。スーパーのフードコートで食べた昼食は餃子や麵など何種か頼み8人で100元、おなか一杯頂きました。（北京国境なき本編の写真をご覧ください）

（佐藤悦子）

*豆腐を麵状にしたもの「豆腐干絲（トウフカンスという名前らしい）」がよく出てきました。癖のない味で食感もよく「中国が生んだ最強のヘルシー麵」初めての経験でした。

（赤尾吉一）

*北京第一日目は、ホテル前門建國飯店の1階にある梨園劇場で京劇を全員で観賞。その後、飯店内にあるレストラン「福宮」での晚餐会をした。どれを食べてもみな美味しい中国料理だった。でも、私たちソバリエはどうしても麵類に手が出る。そこで料理一覧の写真を見ると、平打ちの長い麵がある。名前は「老北京打鹹面」、英字で「Old Beijing Noodles with Gravy」と書いてあった。はやい話、平打ち、塩味、肉汁麵というわけだ。注文したところ、立って食べるくらいの長い麵だった。みんなで楽しみながら頂いたが、その長さに「麵発祥の地中国」ぶりが伝わってきた。

*中国の人はあまりパン食をしないのか、ホテルの朝食にはほとんどパン・コーヒーがなかった。ただ承德市のホテル山莊賓館の朝食に1日だけトーストが用意されていた。そのときに塗った真っ黄々の、香り高いバターが印象的だった。

帰国してから、チーズやバターに詳しい荒井香織さまに伺ってみたところ、夏の栄養価に富むカロチンの多い草を食べた乳から作るからとのこと。「やはり、そうか」と、今思い出しただけでも、あの特異な香りがぷんぷん漂ってくるようだ。



【黄色いバター】

*今回はさながら「中国麵紀行」だった。「本編」で一ノ瀬様が報告している《刀撥麵》、本稿で佐藤様が報告している《蜂の巣状の麵》と《刀削麵》、それから出発前にみんなで食べた《両手で引っ張って作る》蘭州拉麵など、多種の麵を食することができ、ソバリエとして大いに勉強になった。

*この度の訪中では、お酒に強い一ノ瀬さんと孫先生の事務所の人が、50°ちかい度数のお酒「白酒」(白酒)を何杯も一気飲みする場がよくあった。

このような光景は、以前の世界中では当たり前だった。

しかし、近年は変わってきた。中国でも、オリンピックで世界に歩調を合わせるようになったためか、反腐敗運動から公宴での飲酒が禁止されたためなのか、中国式宴会での乾杯姿は見られなくなったという。

でも、乾杯による意気投合は、それはそれで本人も、みんなも楽しい。これも日中交流だと思った。

(ほしひかる)



【白酒で乾杯】



【老北京打鹹面】



【様々なナッツ】

* 中国式接待食事は、毎回のボリュームで食べ過ぎて、3キロも太ってしまった。
蕎麦料理の種類は日本より多いのではないかと思う。

(一ノ瀬静男)

* 宿泊所を含め、連日中華料理を堪能しました

(高橋龍太郎)

* 孫先生らの至れり尽くせりのおもてなしに対し、心より感謝です。よくぞ時間のバランスをくんで、よくいざなって頂きました。ありがとうございました。

(平林知人)

以上