

2013年1月12日

第2回 年越し蕎麦コンテスト

「わが家の年越し蕎麦、私たちの年越し蕎麦」応募作品

“宝来そば” ～ 江戸蕎麦の復元

(寛延・宝暦時代の味を求めて)

日高 啓華 (4期) ・ 宮本 学 (7期) ・ 佐久間 香里 (9期)

調理アドバイザー: 嶋田 義昭 (志ま平)

はじめに

- ・ 蕎麦打ちて鬢髭（びんし）白し年の暮れ 『玄峰集』 （1750）

この芭蕉の高弟・服部嵐雪の句がそれまでの三十日蕎麦や節分蕎麦とは違う「年越し蕎麦」の初見とされています。

この句が詠まれた 1750 年の前後、「寛延・宝暦」という時代に私たちは特別の思いを寄せて「私たちの年越し蕎麦」を作りました。「江戸料理」の根底にある「江戸っ子」の大好きな「旨味誕生の時代」と考えました。当時、味醂や砂糖は高価で生産量も少なく、庶民の口には入りません。「醤油と鰹節のマジック」が江戸料理の旨味となって江戸っ子の心を捉えて離さなかったのは間違いありません。「醤油」と「鰹出汁」の創る魅惑的な世界を創出した「寛延・宝暦」時代に遡って再現したい。そんな思いを、この一杯の「宝来そば」に託しました。

美味しい「宝来そば」、さあっ〜召し上がれ！Bonappetit(ボナペティ)！



[温かいかけ汁の宝来そば]



[冷たいぶっかけの宝来そば]

1. “宝来そば”のレシピ

① 蕎麦



北海道音威子府産の“キタワセ” 400g
絹豆腐※1 240g

※1 絹豆腐に三和豆水庵の“波乗りジョニー”を使用

蕎麦のつなぎに絹豆腐を用いる。絹豆腐をすり鉢ですり、蕎麦粉に混ぜて打つ。

② 蕎麦つゆ



- i かけ汁（温かいかけ汁の宝来そば用）
 - 醤油（銚子山十の不二てふ醤油） 45cc
 - 酒（小西酒造の江戸元禄の酒） 45cc
 - 鰹出汁 360cc
- ii もり汁（冷たいぶっかけの宝来そば用）
 - 醤油（銚子山十の不二てふ醤油） 45cc
 - 酒（小西酒造の江戸元禄の酒） 45cc
 - 鰹出汁 180cc

③ 辛味大根



辛味大根（長野坂城町の鼠大根）を鬼おろしで適量おろす。

④ 長ねぎ



那須産の「白美人ねぎ」を使用。

- i 温かいかけ汁の宝来そば用には、炭火で焼く。
- ii 冷たいぶっかけの宝来そば用には、胡麻油（太白）で焼く。

⑤ 真鯛



七輪で淡路産の真鯛を金串に刺し炭火で皮の表面を軽く焼く。

- i 温かいかけ汁の宝来そば
薄めにそぎ切りにした真鯛を温かいかけ汁の上に載せる。
- ii 冷たいぶっかけの宝来そば
厚めに真鯛を厚切りして、もり汁に30分程度浸す。胡麻油（太白）を挽いたフライパンで真鯛の皮を下にして身はレアの状態を残して焼く。

[温かいかけ汁の宝来そば]



[冷たいぶっかけの宝来そば]



2. “宝来そば”の制作過程

～大晦日に“年越し蕎麦”を食べるようになったのは～

大晦日に食べる蕎麦を“年越し蕎麦”と呼ぶようになったのは、江戸時代の中
期頃と言われています。それ以前は“年越し蕎麦”がなかったかというそう
ではありません。“節分蕎麦”を“年越し蕎麦”と呼んでいました。

日本は古来より1年の始まりは、“春分”と決まっていた。1年の終わ
りは春分の前日の“節分”です。だから節分に食べる蕎麦が“年越し蕎麦”
でした。

江戸の商家では“三十日（みそか）蕎麦”を食べる慣習がありました。縁起を
担いで、毎月晦日の30日に蕎麦を食べる習慣が“三十日そば”です。当然、
大晦日も蕎麦を食べます。大晦日の翌日は元旦。暦で言えば新年の最初の日
です。節分蕎麦が寛延・宝暦時代頃より年越し蕎麦と呼ばれるようになりました。

- ・ 蕎麦打ちて鬢髭（びんし）白し年の暮れ 服部嵐雪『玄峰集』（1950）
- ・ 闇をこねる敷（か）大年（大晦日）の蕎麦 『眉斧日録』（1956）

前出の嵐雪と眉斧日録の2句は、三十日そばとしての大晦日蕎麦が節分蕎麦に“
年越し蕎麦”の地位を譲ったことを示しています。このことは、後年、大阪で書
かれた次の文書でもはっきり示されています。

- ・十二月三十日晦日そばとて。皆々そば切をくろふ。当月節分、年越蕎麦とて食す。正月十四日十四日年越とて、節分になぞらへ祝う。この日そば切を食ふ人多し。 『大坂繁花風土記』(1814)

(お江戸では、)12月の晦日に皆が蕎麦切りを年越し蕎麦として食べるそう。これは、1月14日を小正月として年越し蕎麦を節分に食べて祝うことに倣ったもので、大勢の人々が蕎麦を食べて祝うようだ。

このように考えると、江戸中期までの年越し蕎麦には、明るい春が来ることを寿ぐ目出度い意味が含まれていたと考えられます。今でも蕎麦が“ハレの料理、”として残っている地域(会津地方等)があるのは、そんな節分蕎麦の意味合いが残っているからではないでしょうか？

～蕎麦の旨味の本質は、醤油と鰹節にあり～

“江戸っ子”の言葉の誕生は、1771年。寛延・宝暦時代に江戸っ子が体験した“旨味”が“江戸料理”の流れを変えたと思います。

- ・江戸っ子はわらんじはくのにらんさわぎ 『川柳評万句合』(1771)

江戸っ子は旅に出るのに大騒ぎだと詠んだ句で“江戸っ子”の初見です。この江戸っ子に蕎麦は大人気でした。

江戸っ子の蕎麦好きは、それまでの味噌ベースの“煮ぬき汁”から醤油ベースのつゆに流れが変わったことで一気に爆発したと考えられます。寛延・宝暦時代は、まだ両者が拮抗した時代。1771年(明和8年)の次の句で醤油ベースの蕎麦つゆが完全に勝利しました。

- ・山十(銚子の醤油)に土佐(鰹節)を遣ふとかつぎいひ 『俳風柳多留』(1771)

江戸っ子の言葉が誕生した同じ年に、銚子の醤油屋“山十”の醤油と土佐の鰹節で作ったつゆが美味しかったことが分ります。“かつぎ”は蕎麦屋の出前。1750年頃から蕎麦屋の職制が分化しました。かつぎは、外蕃さん。その出前が言います。

ウチの蕎麦は、銚子山十の醤油に土佐の鰹節を遣っているから美味しいよ。

「蕎麦の辞典」を編纂した新島繁氏や、「蕎麦全書伝」を翻訳した藤村和夫氏は、この句の解釈で山十は関西から来た「下り醤油」としています。私たちが作った「蕎麦年表」で見ると山十の創業は紀州。しかし、1708年には銚子で醤油業を営んでおり、1751年の蕎麦全書伝が書かれた頃には、下り醤油の使用比率は次第に低下し、銚子や野田の地醤油の生産量が増えていたことが想像出来ます。柳多留が作られた1771年は銚子山十の醤油であったことにほぼ間違いがないと思われます。だからこそ、銚子の地醤油に土佐の鰹節を遣ったとかつぎが得意満面に言う意味が生きて来るのではないのでしょうか。

しかも、下り醤油は、基本的に「淡口(うすくち)醤油」。銚子や野田など地醤油では「濃口醤油」が生産されました。江戸の「硬水」は、昆布でなく、鰹節から引いた出汁と相まって蕎麦つゆを格段に美味しくしました。濃口醤油がなければ、実現しなかった「旨味」です。

「蕎麦全書」が書かれた1751年、日新舎友蕎子は、蕎麦つゆについて、味噌ベースの「煮ぬき汁」と醤油ベースの2種類のつゆを紹介しています。友蕎子は個人的な嗜好から精進を好んでいました。鰹節の使用については消極的でしたが既に、寛延・宝暦時代には、醤油と鰹だしのコラボレーションが一般大衆に大きな支持を得ていることを蕎麦全書の中で認めています。醤油のグルタミン酸と鰹節のイノシン酸の相乗効果が創出する「旨味」を江戸っ子は敏感に感じ取って大きな支持をしたと思います。

～ 味醂や砂糖について ～

現代の蕎麦つゆに味醂や砂糖は不可欠です。「堀切紋次郎」によって千葉県流山で味醂の醸造を開始されたのは、1772年。実際に、料理に使われるようになったのは、1785年以降です。(『万宝料理秘密箱』(1785)) 但し、味醂も砂糖も非常に高価なものであり、実際に多用されるようになったのは、ずっと後世です。

基本的に、「江戸味」は、あまり甘いものでなく、寧ろ江戸っ子は辛いモノ好きだったと考えられます。私たちの推量を支持してくださったのは、大塚「なべ家」の福田浩さん。

- ・ 江戸料理を墮落させたのは味醂や砂糖の多用です。江戸料理は醤油と鰹出汁だけで相当美味しかった筈です。 福田浩 (2012. 12. 20)

因みに、福田浩さんと同様、寿司の世界で伝統的な江戸料理法を大切に伝え

ている目黒「寿司 はずみ」の佐藤衛司さんも味醂の使用は控えめで、砂糖は一切使いません。甘さは砂糖を使わなくても食材から出る自然の甘さで驚くほど甘い味が出ます。

～ 江戸っ子の辛いモノ好き ～

江戸っ子は、一般的に甘いモノより辛いモノ好きだったと思われます。蕎麦の薬味に最高なのは、武州「赤山大根」。(蕎麦全書) 現在の埼玉県川口市あたりで生産されていた赤山大根は現存しません。しかし、辛味大根の「鼠大根」に形状も味も似ていたと思われます。

・赤山大根と云うものよし。前に云通り、うじしり、鼠大根、木曾大根と云物なり。若しなき時には何の大根に不限、至極辛辣のものを撰び用ゆべし。
『蕎麦全書』(1751)

また、江戸で辛味大根が好まれていたことは、「本朝食鑑」にも記載があります。

- ・近時、世を挙げて蕎麦麵を嗜(たしな)み、大根汁の極めて辣(から)いものが喜ばれている。それで各家では、争って甚だ辣いものを種(う)えている。(中略) 一般に夏時には辣味が少なく、冬時には辣が多い。近頃、江都(江戸)市中で、信州景山(長野市影山)大根および夏大根の種を販売しているが、いずれも甚だ辣いもので、専ら蕎麦麵(めんるい)に用いる。これらは、尾州(尾張)の鼠大根の辛さに劣らぬといはれているが、まだ試したことはない。
『本朝食鑑』大根のくだり (1695)

～ 江戸っ子が最高とした魚は「鯛」 ～

- ・人は武士、柱は檜の木、魚は鯛とよみ置ける世の人の口にをける、をのがさまざまなる物ずきはあれども、此魚をもて調味の最上とせむに咎あるべからず
『鶉衣(うずらころも)』百魚譜 横井也有 (1749)

海のない京都では、最高の魚は、「鯉」。しかし眼前に海を有する江戸では、鯉を抑えて鯛の人气が俄然高かった。

鯛料理については、1785年に景甫によって『鯛百珍料理秘密箱』が発刊され103種類の鯛料理のレシピが紹介されました。この本は、当時ベストセラーになったと言われています。

～ 宝来そばの命名について ～

今回のコンテストで、江戸っ子の好きな“鯛”と“辛味大根”を使うコンセプトは、早々に決まりましたが、ネーミングについて、しっくり来ない感じがしていました。単純に“鯛そば”でいいのか思案している時、江戸味のヒントを求めて大塚のなべ家さんを訪問しました。出てきたのが“蓬莱鍋”。直感的に、これだということになり、店主・福田さんに“年越し蕎麦”の名前に使わせて頂く許可を頂きました。

しかし、私たちの考える蕎麦は「ハレの料理」ということもあり、よりおめでたさが分かりやすい“宝来そば”とすることにしました。

後日、“宝来そば”に別の意味があることも知りました。

京都に創業540年以上の蕎麦屋“本家尾張屋”があります。元々菓子司を生業としていた尾張屋は、その後、菓子作りの技術を活かして蕎麦屋に転換。現在、“宝来そば”という名前の蕎麦を名物メニューにしています。

宝来そばは、ざる蕎麦に色々な具材をトッピングして食べるモノで、出雲の“割子そば”風にしています。

〔京都の“本家・尾張屋の宝来そば”〕



“宝来そば”は、現在の尾張屋・第15代店主の創作です。店主は次の理由で

命名しました。

金箔職人は、仕事納めの時に、蕎麦粉を床に撒きました。蕎麦粉を掃き集め、蕎麦粉を篩に掛けると金が篩に残りました。金をくっ付けて集める蕎麦を“宝来”と呼んでいたそうです。蕎麦は縁起の良い食べ物です。

節分蕎麦から年越し蕎麦へ。江戸っ子が大好きな縁起の良い鯛を冠に戴いた目出度いハレの日の蕎麦。名前と料理がぴったり一致しました。

これが、私たちの“宝来そば”です。

3. 宝来そばの材料について

① 蕎麦

つなぎに豆腐を使ったのは理由があります。小麦を蕎麦のつなぎに利用したのは、東大寺の朝鮮僧・元珍。寛永年間（1624～1644年）伝えました。しかし、その後、長い間、小麦を蕎麦のつなぎとして使った記録がありません。小麦が高価であったこと、生産が少なかったことが理由だと推測します。代わりに色々なモノをつなぎとして利用されます。とり湯（米のおも湯）や豆腐、ヤマイモ、呉汁（大豆をすりつぶしたもの）、ふのり等の海藻、等々。呉汁は、現代でも津軽そばのつなぎとして使われています。

奇しくも江戸ソバリエの有志の“雲南の会”で呉汁入りの蕎麦を先月作りました。“津軽そば”です。作り方が悪かったのでしょうか。青臭さが取れず美味しく感じられません。津軽地方で、豆腐をつなぎとして使う方法が、現在でも生きているそうです。（神楽坂・芳とも庵情報）

豆腐をつなぎとして使うことは、当時からポピュラーな方法で、小麦がつなぎの主役を担うまで、一般的な材料だったと考えられます。

② 醤油

銚子山十の“不二てふ醤油”を使用しました。1630年に紀州広村で“ひ志お（醬）”の製造を開始した山十は、1708年に銚子に銚子山十を設立し醤油業を営みました。それに先立ち、1697年には、第五代田中玄蕃（現ヒゲタ醤油開祖）が同じく銚子で濃口醤油の製造を開始しており、江戸中期以降、銚子と野田は、醤油製造の中心地となりました。

1771年の柳多留に詠われた山十は、銚子山十に違いありません。当社が現在でも生産している江戸時代から続く濃口醤油“不二てふ醤油”を使用しました。

③ 味醂代わりの酒

味醂の製造は、初代堀切紋次郎が流山で開始した 1772 年です。しかし、第二代堀切紋次郎が白味醂「万上味醂」完成させた 1814 年以降まで本格的な利用はなく、高級料理のみでの使用と考えられます。

「蕎麦全書」等、蕎麦つゆのレシピには、醤油、酒、鰹出汁が使われていることから、一般的には、当時の酒が使用されていたと考えました。

当時の酒を探していたところ、小西酒造が「江戸元禄の酒 復刻酒「原酒」」を販売している情報を得て、早速「銀座三河屋」にて試飲。案の定、現代の日本酒に比べて非常に甘い味。これなら、蕎麦つゆの味醂代わりに使用出来ると思いました。

④ 辛味大根

「蕎麦全書」に、武州「赤山大根」が薬味として最高との記載があります。現在、赤山大根は消滅していますが、同じく蕎麦全書にある赤山大根の特徴から長野県埴科郡坂城町産の鼠大根を使用することにしました。この鼠大根は、辛味大根として有名で、芭蕉が、

・身にしみて 大根からし 秋の風 『更科日記』(1688)

と詠んだのが今回使った鼠大根です。

⑤ 鯛

キッコーマンの国際食文化研究センターが発表している江戸料理の中にあつた「四季料理献立」(1750)の「鯛の南蛮焼き」をヒントに宝来そばのトッピングを考えました。

南蛮というのは、江戸時代に外国から来たものを指し、異国風の料理や食材、新しい料理手法の料理に付けられた名称です。当時の日本には、魚を油で揚げるという手法はありませんでした。また、唐辛子、ネギ、香料のことも南蛮と呼んでいたのでこのような具材を使う料理も南蛮料理と呼ばれています。

4. “宝来そば”を試食したメンバーの感想

宝来そばの感想

佐久間 香里

冷のかけそばを頂きました。

お豆腐をつなぎとした蕎麦に、鼠大根にぶつ切りのネギ、鯛の切り身を盛った器に、冷たい汁をかけたお蕎麦は、間違いなく美味しい一品に仕上がっておいしかったです。

まず、汁ですがレシピにも記載のとおり醤油と酒を一对一で割ったものを使用いたしました。これがとても深みがあり、風味豊かなものです。

「味醂や砂糖の多用」と言葉では聞いていましたが、実際に食してみると“甘味＝旨味”ではないという事を実感することが出来ました。

他の素材を邪魔することなく、しっかりと存在感のあるこの汁は、今まで私が体験したことがない初めての味でした。

そして、鬼おろしでおろした鼠大根。

これがまたそばに良いアクセントを加えています。目の粗い鬼おろしでおろした大根は歯ごたえもシャキシャキのこり、かつ水分も抜けすぎることなく、ふんわりとしています。

辛味も程よく、辛味のあとにくるほのかな甘みが、とても心地よい味を作り上げています。

またその他の素材も鯛の身のぷりぷりとした歯ごたえが素晴らしく、熱を加えたネギは甘みが増し、食欲を引き立ててくれます。

蕎麦もお豆腐をつなぎにしたものでコシが強く、つるつるとした喉越しが良いお蕎麦です。冷かけということもあり蕎麦の喉越しもより感じ、それぞれの素材も食感を失うことなく頂くことが出来ました。

江戸の年越し蕎麦の再現というコンセプトで今回作って頂いたこのお蕎麦は、現代ではなかなか食べることの出来ない一品でした。

私はあまり時代に詳しくないので専門的なことは分析できませんでしたが、そ

それぞれの素材を生かしたこの調理法はとてもシンプルながら、万人に共有できる、それこそ時代を超えて美味しさを共有できるお蕎麦だと、私は感じました。

宮本 学

銀座三河屋で江戸元禄の酒を試飲した時、これは絶対に美味し蕎麦つゆが出来ると思いました。案の定、味醂や砂糖を使わずに、寧ろ、使わないことの方が良いと思えるほど美味しい蕎麦つゆが出来ました。

このつゆを食べた江戸っ子の衝撃を想像すると楽しくなります。温かい宝来そばは、すっきりしてつゆの旨さがストレートに伝わって来ました。

冷たいぶっかけは、辛味大根の鮮烈さに もり汁も負けていません。想像していた通りと言うより、想像を超える美味しいつゆとの出会いでした。

日高 啓華

江戸時代からの老舗、銚子山十の醤油と江戸時代のレシピから作られた小西酒造のお酒「江戸元禄の復刻酒」のみで作るつゆ。蕎麦つゆは味醂を入れた方が美味しいだろうと思っていた私にとって、それは衝撃的な美味しさでした。

一口飲んだ瞬間、一番出汁では強すぎるかもしれないと思うくらい濃厚な出汁の香りが口の中に広がり、それでいて後味はすっきりとして主張しすぎない。鰹節の香りと旨みが凝縮された甘くない斬新な蕎麦つゆでした。

そして、そのすっきりとした蕎麦つゆが淡い鯛の旨味、焼いた葱の甘味を引き立たせ、旨みが一体となって蕎麦に絡みつきます。

江戸っ子が好きだった鯛と蕎麦。もしかしたら同じような蕎麦を江戸っ子も食べていたのかもしれないと思うと、感慨もひとしおでした。

また、豆腐をつなぎにした蕎麦は呉汁よりも滑らかで風味もよく、すっきりとした蕎麦つゆともよく合います。まさにお酒を飲んだ後のメにはぴったりの重すぎない後口でした。

江戸っ子が食べていた蕎麦、そして本来節分に厄払いの意味を込めて食べられていたという晦日蕎麦を再現したいという思いで始めた今回の晦日蕎麦でしたが、私たちの考えた「宝来蕎麦」は想像以上に美味しいものでした。特に蕎麦つゆは甘さ控えめを好む現代人にはむしろ好まれるものかもしれません。

そして、今回晦日蕎麦というテーマをいただいたことで、色々と調べるきっかけをいただき、興味深い史実を知ることができたこと、そしてこんなに美味しい「宝来蕎麦」に出会えたことは本当に得難い経験でした。

ここにたどり着くまで、江戸時代に思いを馳せながらああでもないこうでもないと試行錯誤することは難しくもあり、とても楽しい作業でした。

(了)