



韓食と麵料理

江戸ソバリエ 宮本 学

2017/01/14

近くて遠い国の粉食文化

共通の食文化を有する隣国の朝鮮。その朝鮮の食文化の歴史を知ることによって日本の食文化が見えてくる。

2014. 10. 12-10. 14 大韓民国ソウル市訪問

韓食と麺料理

近くて遠い国の粉食文化

1. 韓食の最高峰「宮廷料理」と韓定食

正月(2017年1月4日)から韓流の連ドラ(再放送:2015年MBC制作)にハマっています。テレビ東京月曜～金曜 あさ8:15『華政(ファジョン)』。



朝鮮王朝14代王「宣祖(ソンジョ)」と二人目の王妃である仁穆王后・金氏との間に生まれた唯一の嫡流王女「貞明公主(チョンミョンコンジュ)」(1603-1685)の波乱万丈の生涯をドラマ化したものです。子供が親を殺し、親が子供を殺す。おどろおどろしい王族親族間の確執。その中で貞明公主は、謙虚で情に厚く臣民から慕われた王女だったと伝えられています。因みに左のテレビドラマの題字には公主の直筆が使用されています。

ドラマで、公主の父親・宣祖は公主の異母兄弟の長男の謀略で宮廷料理に毒を盛られ殺されました。ところが気性の激しい長男は王位を継げず、次男が王位を継承します。左は、ソウル特別市鐘路区弘智洞にある「石披廊(ソクパラン)」の韓国宮廷料理。王様や王妃が食べるのが宮廷料理。左下はその伝統料理を再現したものです。



「韓食」の最高峰・宮廷料理の流れを汲む「韓定食」。 「韓定食」という料理は、各地の「両班(ヤンバン)」という貴族階級が食べていた食事を商品化したものです。韓定食は伝統的なご飯膳の組み合わせで構成されています。その基本構成を「飯床(パンサン)」と呼びます。日本でいう「一汁三菜」

は「三楨飯床(サンチョップパンサン)」。二汁五菜は「五楨飯床(オーチョップパンサン)」です。おかずの数が増えるにつれて豪華になります。「楨(チョプ)」は、「蓋つきの器」の意味です。

「十二楨飯床(シビチョップパンサン)」は、「宮廷料理」だけの献立です。「韓食」として一般的な「焼肉」や「チヂミ」もこの伝統的な「韓定食」に起源を見ることが出来ます。



2. 朝鮮半島の麺料理

国立民族学博物館名誉教授「石毛 直道」氏によると、朝鮮半島の人々は、麺をよく食べると言います。先に述べたように「飯床」は、ご飯を中心とした食事。かつての伝統的な食事法では、朝・夕がご飯を中心に構成され、昼は、「麺床(ミョンサン)」と呼び、麺を主体とした簡単な食事が多いそうです。



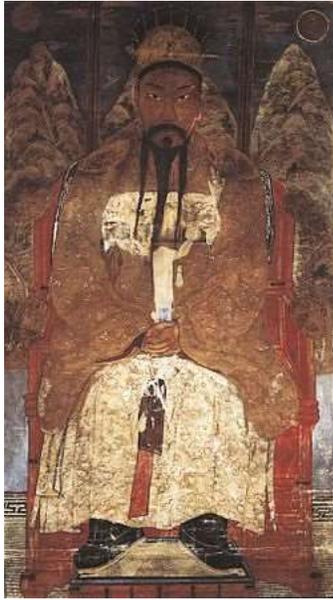
麺の原料は、小麦だけではありません。穀物や豆の粉、蕎麦粉で作られたものも麺と言います。温かいスープで食べる「温麺(オンミョン)」と冷たいスープで食べる「冷麺(ネンミョン)」があります。さらに麺は「ミョン」と「クッス」に大別されます。麺帯のネンミョンは、蕎麦粉を主原料にした押し麺。カルクッスは、小麦粉を主体とした切り麺です。「カル」は包丁のことで、ソウルの明洞(ミョンドン)にある有名な「明洞餃子」に行きました。店名になっている名物の「餃子」。



。ソウルの飲茶は、蒸籠(せいろ)で蒸した「蒸し餃子」です。具は、ニラと豚肉。備え付けの醤油、酢、そして辛味噌で食べます。右隣は、切り麺の「カルクッス」。「ワンタン麺」になっています。

一般には、「粉もん」を扱う店「粉食店(プンシッジョム)」で食べられますが、明洞餃子のように自家製の手打ちうどんは、カルクッスに「手」を意味する「ソン」をつけて「ソンカルグッス」とメニューにあります。「手打ちうどん」です。

3. ニンニクの国



韓国(朝鮮)の「檀君(タングン)神話」によるとニンニクという食材が朝鮮民族に如何に深く関わっているか分かります。ある日、天上で暮らしていた王子が人間界を治める目的で地上に降り立ちました。その時に会った「虎」と「熊」。虎と熊は人間にして欲しいと王子に嘆願します。そこで、王子は、ひと握りのヨモギと20個のニンニクを与え、「これを食べて洞窟の中で100日間過ごすことが出来たら人間にする」と……。虎は耐えきれずに逃げ出してしまいます。熊は修行を全うし美女になり王子と結婚。二人の間に生まれたのが古朝鮮の最初の王様「檀君」です。ニンニクが韓食の代表的な食材である象徴的な話です。

4. 韓食と照葉樹林文化

韓食の底流に流れるのは、日本と同じ照葉樹林文化。今から18,000年前に氷河期が終わると地球は温暖化に向かって一直線。大陸にあった分厚い氷河は溶けだし海面の上昇となりました。「海進」です。6,000年前にかけて海水準は最大120m上昇したと言われています。その後増量した海水の重みで海底が沈み「海退」が起こり3,000年前以降19世紀までは今の海岸線をほぼ変わりません。

照葉樹林文化が東アジアのアッサムや雲南のヒマラヤに近い高地で生まれたのはこの海進と関係があります。稲作は東南アジアの低湿地帯で誕生したと従来考えられていましたが、照葉樹林文化の産物であり、海退と共に揚子江中流域、下流域へと生産拠点が移動しています。



穀類やコメが主食となってからそれまで主食だった肉や魚が副食になりました。やがて三国時代(新羅、高句麗、百濟)になって仏教が広まると肉食を避け穀物と野菜中心の食文化に移りました。豆麴を発酵させてつくる「醬(ジャン)」が登場するのもこの頃。キムチも塩漬け、醤油漬け、味噌漬けと広がりました。統一新羅の時代になると水キムチも現れ、ご飯に汁物が必ず付くようになります。「三椀飯床」や「五椀飯床」の基礎になり「一汁三菜」や「二汁五菜」として日本の食文化にも影響を与えるようになりました。

5. 両班制度と唐辛子の伝来

14世紀末の李氏朝鮮時代になると仏教が弾圧され儒教が普及。両班(ヤンバン)制度が確立しました。両班制度は身分階級のことで両班・中人・常人・賤人の4階級。両班は文班と武班の総称で一般的には高級官僚の文班が軍人の武班より身分が高いとされました。王様の食事は一日五食。「十二椀飯床」でしたが両班によって宮廷料理が庶民にも伝わるようになりました。



国内最初の常設市場として100年前に設立された「広蔵市場(クァンジャンシジャン)」で発見したのは石臼の上に乗せられた緑豆の山盛り。挽いた緑豆にワケギ、キムチを混ぜて鉄板で焼いたのが「ピンデトツ」。韓国風おやきのチヂミです。お皿を重ねたように見えますが、その通り。昔、「ピンデトツ」は、お皿でした。お金持ちの両班の家では、ピンデトツを作り、その上に肉の串焼きや焼肉を乗せます。余分な油を吸わせるためです。家人は、肉だけを食べて不用になった「お皿」を貧しい人に与えました。ピン

デは南京虫のことで、貧者を意味します。「トツ」は、「トック」。お餅のことで、貧者のお餅なんですね



李氏朝鮮時代に食文化上大変革のきっかけとなったのが唐辛子の伝来です。唐辛子の伝来で韓食に唐辛子はなくてはならないものになりました。唐辛子は新大陸からコロンブスによってスペインに持ち込まれましたが朝鮮に唐辛子を伝えたのは日本。ポルトガルと交易があ

った日本経由で伝わりました。以来、キムチ作りに唐辛子は必要不可欠。コチジャンも唐辛子があったからできました。左の写真は参鶏湯(サムゲタン)の有名店「土俗村(トソッチョン)」で壺ごと出てきたキムチ。土俗村は床暖房のオンドル席が400もある人気店です。





唐辛子の殺菌力で食品の長期保存が可能となり韓食文化は大きく変わりました。

6. 蕎麦粉の冷麺と出会う

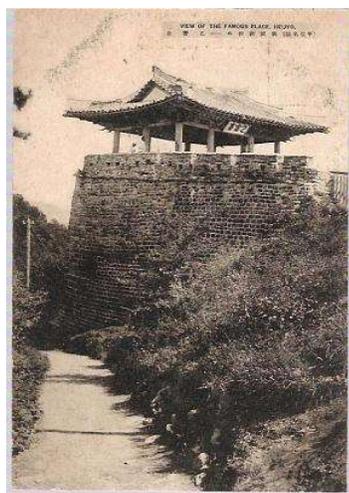
前出の「麵帯の冷麺(ネンミョン)は、蕎麦粉を主原料にした押し麺」と述べましたがソウル市内で蕎麦の冷麺に出会うことは少なく圧倒的に小麦粉のカルクスの餛飩(うどん)が多いようです。そこでホンモノの蕎麦のネンミョン食べにソウル特別市麻浦区(マポグ) 塩里洞(ヨムニドン)にある乙密臺(ウルミルデ)に行きました。



ソウル市内から車で30分位です。水冷麺(ムルレンミョン)のお店としてソウル市民に有名。夏は、大行列が出来る人気店です。

ウルミルデの創業は1971年。現在本店の他に江南区に支店があります。店名の「乙密臺(ウルミルデ)」は、北朝鮮の平壤市中心にある「牡丹峰(モランボン)」の丘にある楼閣の名前。現在は、国宝ですが、高句麗時代以来、軍事指揮台として役割を果たして来ました。

左の白黒写真は、本店に掲示されているのと同じものです。



「水冷麺」は、冷麺発祥の北朝鮮・平壤式冷麺。つまり小麦粉を使わない「蕎麦粉」が入った冷麺です。ウルミルデ創業者は故郷平壤の味を

現在に伝えています。到着したのは、午後3時過ぎ。ランチタイムも終わり、店内にお客

はひとりだけ。女将さんに、「冷麺を食べたいので来ました。この写真のを・・・。」と、ガイドブックを開きました。

イルボン、から来たの？ イルボンは日本のことです。

へえ、日本のガイドブックにウチの店が載ってるの 驚きだわ。何て書いてあるか読めないけど。(笑)

評判の“水冷麺”。何と、水どころかシャーベット状に凍った牛骨スープの中に蕎麦の冷麺が入っています。

肉と冷麺を切るハサミも用意されましたが長い麺は江戸蕎麦で食べ慣れてるので必要ありません。SMAPの草彅剛さんも来店されるほどソウル一番美味しい冷麺と言われる評判通りでした。

朝鮮半島の冷麺には乙密臺のような「平壤(ピョンヤン)冷麺」ともう一つ「咸興(ハムフン)冷麺」或いは、「ビビン冷麺」があります。こちらは汁なし冷麺でありソウル中心部から車で1時間程のところにある有名店がありますが今回は時間がなくて行けませんでした。代わりに国内の食材店が輸入したインスタントの蕎麦粉のビビン冷麺を購入して自宅で調理したので写真だけご紹介します。



平壤冷麺も咸興冷麺も小麦ではなく蕎麦粉を使います。北朝鮮の地が小麦を栽培するには不適な寒冷地だという理由だからです。蕎麦粉のつなぎには、ジャガイモやサツマイモの澱粉。或いはトウモロコシの澱粉を使うためにかなり弾力のある食感が生まれます。

7. 最後に

朝鮮は日本の隣国で古くからお互いに影響しあった国です。時には日本の先生であり、時には敵国として戦った歴史があります。食文化で言えば同じ照葉樹林文化圏に属する国で共通の食文化がたくさん存在します。以前、カナダから友人が遊びに来ていよいよ離日する最後の晩餐の時に日本食で何が一番美味しかったか尋ねるとソッコウ「焼肉」と返答。それは日本食じゃないよと答えようかと思いましたが、いや待てよ。焼肉が和食でないと言い切れるのだろうか、と思い止まりました。焼肉も多くの日本人が好む国民食です。近いのに遠い国。それが朝鮮です。

【了】