

平成 28 年 第 6 回「わが家の年越蕎麦、私たちの年越蕎麦」コンテスト

～ 干支を食す！～ 鶏（酉）南蛮煎り酒蕎麦

江戸ソバリエ干支の会

沼田 実

平成 29 年の干支は酉。各干支は様々な縁起に関連していて、酉は商いにまつわる干支だとの事。実際、良く知られているのが 11 月の酉の日に商売繁盛を願い縁起物を求める人達で賑わう酉の市。元々は日本武尊（やまとたけるのみこと）を祀り開運・商売繁盛の神として信仰する鷲（おおとり）神社の祭礼だそうです。また、人間と神様との間柄をとり（酉）もつといわれている事から、酉は招福の干支ともされています。

さて、話は変わりました、平成 28 年に設立された江戸ソバリエの同期会（平成 27 年に認定されたソバリエ有志の集まり）は、第 12 期という事から「干支の会」という名称になりました。干支とは年や月や日、そして時間などを方角や動物を用いて表す古くから中国で用いられていた暦法であり哲学(思想)のひとつ。運気を高める手段である風水術や、古代の世界観である陰陽五行説とも関わりがあります。

今回は、その江戸ソバリエ干支の会のメンバーの 1 人として蕎麦文化を啓蒙、且つ自らが愉しむ為に、新年の干支、即ち酉に因んだ縁起の良い年越蕎麦を考えてみました。

まずは酉といえば思い浮かぶのが鶏肉です。酉に対します鶏の文字は、古代中国の庶民に十二支の概念を理解しやすくさせる為の当て字らしいのですが、鶏は新年の最初に鳴くことから縁起が良い動物とされていて、加えて風水的にも金運を高めてくれる食材です。ですので、鶏肉は運気を上げてくれる食材として、無事に過ごした 1 年への感謝の気持ちと、新年への想いを祈念しながら頂く年越蕎麦には最適な具材と言えるでしょう。

続きまして酉という文字が元々は「酒壺（さかつぼ）」の、しいては「酒そのもの」の意を表す象形文字だったという点に着目しました。確かに「ひよみのとり・とりへん」で知られる部首「酉」は実際に「樽」や「醪」、「酔」や「醕」、また「醪」など「酒」即ち「𠂔（水）+酉（酒壺）=酒」に関連する多くの漢字に用いられている事に気づかされます。

周王朝の時代。始まりは農業暦として用いられていた干支。1 年のうちで最も昼の時間が短い日、即ち冬至の月である旧暦 11 月（新暦 12 月下旬）を 1 年の最初の月、つまり十二支で言うところの子（ね）の月としました。そうすると 10 番目の酉の月は旧暦の 8 月（新暦の 9 月）。季節でいうと秋にあたります。秋は酒造りの始まりの季節です。加えて「しゅう」とも読む「酉」の文字は「ちぢむ」の意味を有しており、それは（酒造りの材料となる）果実が成熟の極限に達した状態を示しているとも言われているのです。

上述の様に干支の酉と関連が強い酒ですが、どのようにして年越蕎麦のレシピに取り入れるか。熟慮した結果、室町時代末期に考案され、醤油が普及する以前の江戸時代中期まで広く調味料として用いられた煎り酒（いりざけ）を、蕎麦汁の「かえし」としてアレンジする事にしました。

煎り酒とは、読んで字のごとく、煎った（煮詰めた）お酒。日本酒と一緒に荒削りの鰹節と梅干しを弱火でとろとろと煮詰めて作ります。鰹節の旨みが濃縮されたところに梅干しの酸味と、ほどよい塩気が加わって、醤油よりも穏やかでさっぱりした風味が最近では料理人やグルメに改めて注目されている調味料です。

さて、この煎り酒。‘かえし’の代わりに調味料として蕎麦汁に使うとしたならば、どんなレシピを作成したら良いのでしょうか。元々は中世の調味料だったとしても、江戸ソバリエとしては、現代の味覚と蕎麦に合った調具合を見つけたいところです。そこで、ベースとなります酒の銘柄を選択する事から開始。厚削りの鰹節を用いるとすると、大切なのは酒の仕込み水の質。結果として今回は鰹出汁との相性の良い硬水を仕込み水（宮水）として用いている灘の酒、菊正宗の純米酒を使う事にしました。

ここで興味深いのは菊正宗の採用する生酏造り。生酏造りとはアルコールを造る酵母を育てる「酏」（酒母）を、水と米と米麴から昔ながらの手作業で長期間かけて造り上げる手間のかかる製法。実は生酏造りの純米酒には旨み成分であるコハク酸や乳酸が多く含まれている事は良く知られていますが、それらの成分は温める事、つまり爛酒にする事で清酒中に含まれるアミノ酸と共に、その旨みが増すという性質を持っているのです。よって、生酏造りの純米酒を煎り酒として蕎麦汁の調味料に用いる事にに基づき、今回の年越蕎麦は温い蕎麦とする事にしました。

上質の酒と鰹節の旨みを引き出しバランスの良い塩梅の煎り酒に仕上げる為には、梅干しと塩にも工夫が必要。そこで梅干しは穏やかな酸味と塩味を抽出する事を目的に天日干しの「紀州南高梅うす塩味」を使用。塩は産地や製法の異なる4種類の国産塩を混ぜて使用し、‘しょっぱさ’だけではなく、旨みと甘味と複雑味を出す事を心がけました。

加えて、温かい蕎麦汁の旨み、そして煎り酒の磁味を引き立たせるためには、ふくよかな味わいの出汁が良く合うという事で、干し椎茸、干し貝柱、そして昆布の混合出汁を用いる事にしました。結果としまして、太打ちの田舎蕎麦と具材の鶏肉の旨みをしっかりと受け止めてくれて、煎り酒の風味を活かした奥深い味わいを持つ個性的な蕎麦汁になったと思います。

題しまして「～干支を食す！～ 鶏（酉）南蛮煎り酒蕎麦」。1年の最後を彩る少し贅沢な年越蕎麦です。

～ 干支を食す！～ 鶏（酉）南蛮煎り酒蕎麦 レシピ（4人前）



【煎り酒（出来上がり約 500 cc分）の材料・・・実際に使うのは約 80 cc（20cc/1 人前）+ α】

- 日本酒（純米酒：菊正宗 嘉宝蔵 灘の生一本・生もと純米）・・・1000cc
- 梅干し（着色していないタイプ：紀州南高梅うす塩味）・・・2 個
- 本枯れ鰹節厚削り・・・70g
- 合わせ塩・・・80g

*内訳：土佐の海の天日塩‘あまみ’（仄かな甘さが特徴）、わじま海塩（旨みとコクが特徴）、瀬戸内産海人の藻塩（複雑味とヨードの風味が特徴）、沖縄うるわしの花塩（キレの良さが特徴）を各 20g の合計 80 g



【だし（約 2000 cc分）の材料・・・実際に使うのは 1400 cc】

- 水・・・2100cc
- 干し椎茸・・・50g
- 日高昆布・・・40g
- 干し帆立貝柱・・・40g

*出汁を取った後の素材は正月のお節料理に用いると良い。



【鶏（西）南蛮煎り酒蕎麦（4 人前）の材料】

- 鶏手羽元肉・・・4 本
- 鶏もも肉・・・300g
- 太葱・・・1.5 本
- 三つ葉・・・適量
- 柚子皮・・・適量
- 糸切り唐辛子・・・適量
- だし・・・1400 cc
- 煎り酒・・・80cc
- 白醤油・・・大さじ 1
- 本味酛・・・80 cc
- 煎り酒(炒め用)・・・大さじ 2
- 太打ち田舎蕎麦（二八蕎麦）・・・4 人前

【煎り酒の作り方】

1. 鍋に日本酒とつぶした梅干しを種ごと入れ、塩を加えて中火にかける。
2. 沸騰してきたらかつお節を加えて弱火におとす。かつお節が少し動く程度の火加減で約 30 分間ふたをしないで煮詰める。半分くらいの量になるまで煮詰めたなら火を止め、粗熱がとれるまでそのまま冷ます。
3. ペーパータオルを敷いたザルで 2 をこしたら、保存用の瓶に詰める。

※冷蔵庫で 2 週間ほど保存可能



【出汁の取り方】

1. 干し椎茸を 10 分間、水(分量外)に浸けて取り出す (この水は使いません)。干し椎茸に付着しているほこりや粉を落とすため、水洗いする。
2. 鍋 (もしくはボール) に用意した冷水 2100cc を入れ、その水に干し椎茸を浸けます。冷蔵庫で 24 時間以上浸ける。
3. 火にかける 6 時間前になったら、2 の出汁の中に干し帆立貝柱と、表面を固く絞った布巾で軽く拭いた日高昆布を浸ける。
4. 3 の出汁の中の椎茸と帆立は取り出し、昆布だけを残して鍋を火にかけて沸騰寸前に昆布を取り出して火を消す。
5. 布巾やペーパータオルで、4 の出汁を濾す。



【鶏 (酉) 南蛮煎り酒蕎麦の作り方】

1. 冷えた出汁 1400cc を入れた鍋を火にかけて鶏手羽元肉を煮る (約 30 分間)。
2. 熱したフライパンで一口大に切った鶏もも肉を皮目から強火で炒める (油を使わずに)。頃合いをみて 5 cm に切った長ネギをフライパンに入れて焼き色を付けて、鶏もも肉と一緒に大きじ 2 の煎り酒で絡め焼きにして 1 の鍋に加えて 5 分間煮る。
3. 具材が入った 2 の出汁に対し、本味酛、煎り酒 80 cc、白醤油で味付けをして蕎麦汁を作る。
4. 茹でてから一度冷水でめて、再び湯で温めた蕎麦を丼に盛り付けて、蕎麦汁をかけて具材を上に乗せる。
5. 仕上げに三つ葉、柚子皮、並びに、糸切り唐辛子等の薬味を飾り仕上げる。

