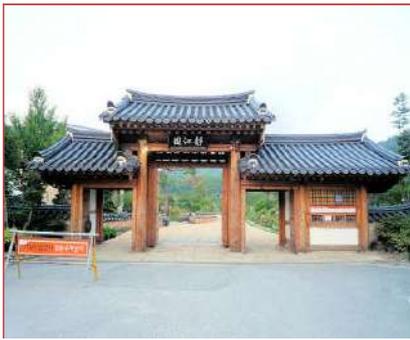


# 美味しい韓国の冷麺

ほしひかる (〔特定〕江戸ソバリエ協会 理事長)



【宿泊した「静江園」】

.....  
2016年の9月に韓国江原道で開催された「第13回世界そばシンポジウム」に参加した。

もちろん、有名な《冷麺》をあちこち食べてきた。

だが帰国後にそれを申上げると、不思議なことに、たいていの人が「硬かったろう。ゴムみたいだったろう。鋏で切るんだって？」などと言われたが、決してそんなことはなかった。

私の知っている韓国の人にも、よくそう言われるらしく「日本の人は違う物を食べて、それを冷麺と思っているようだ」と苦笑される。

とにかく、韓国冷麺は、細くて、コシもちょうど良く、食べ易い。とくに汁の心地よい酸味はハマってしまうほど美味しかった。

だから、「あの汁はどうやって作るのだろう？」と思っていたところ、ウナンの会の北川さん(江戸ソバリエ・ルシック)から、第8回江戸ソバリエ・ルシック特別セミナー「国境なき江戸ソバリエたち」において、コメントをお願いした韓国宮廷料理研究家の「崔誠恩先生に、冷麺の作り方を教わりましょうよ」と提案されて実現にいたったので、ここに《韓国冷麺》についてレポートする。



【世界そばシンポ】



【韓国冷麺】

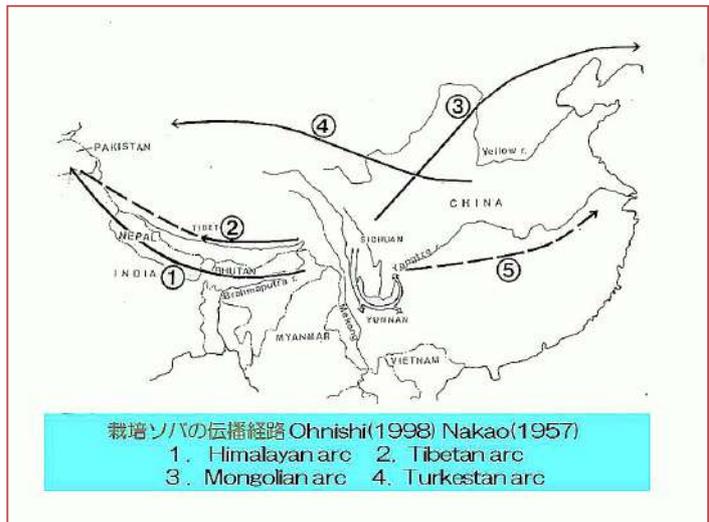
## 1. 蕎麦の原産地と伝播ルート

小麦の栽培はメソポタミアで1万年ぐらい前に始まった。稲作(ジャポニカ)は揚子江流域で7000年~8000年前に始まった。

では、蕎麦は？ それを特定されたのが、京都大学の西近江先生である。

大西先生は、中国大陸の四川・雲南地域で野生種と栽培種を発見し、約5000年前に栽培が始まったと断定された。

そして、その蕎麦は、図のように、ヒマラヤの国々へ、チベットへ、トルキスタンへ、中国北方へと、四散していったとされている。



【栽培ソバの伝播経路：大西】

## 2. 朝鮮半島の蕎麦麵



【朝鮮半島地図】



【李孝石の銅像】



【蓬坪の蕎麦畠 ☆ ほし絵】



【韓国産の蕎麦】



【韓国の製粉会社】

その一つの、Mongolian arc にしたがうと、北進していた蕎麦は朝鮮半島へ向かった。現在は、咸鏡道・平安道・江原道などの山地が蕎麦の産地である。

そのうちの江原道は韓国一の蕎麦産地である。

李孝石(1907~42)の小説『そばの花咲く頃』は、この江原道平昌郡の蓬坪が舞台になっている縁から、当地では毎秋「ソバ祭り」が開催されている。

では、朝鮮人は

- 1)いつから蕎麦を食べ始めたか？
- 2)蕎麦の汁には何を使ったか？

これについては、鄭大聲が『朝鮮半島の食と酒』の中で明確にしている。

鄭によると、朝鮮半島に麵が顔を出すのは高麗時代(建国 918 年~滅亡 1392 年)からという。『高麗図経』(1124 年)に「麵」の字があり、『老乞大』(高麗末期)に、「高麗人は温麵を食べる習慣がある。」と書いてあるらしい。

わが国に挽臼が伝来したのが鎌倉時代、麵がよく食べられるようになったのは室町時代だから、日本より少し早い時期かもしれない。

以来、朝鮮半島の人々は麵が大好きになり、蕎麦、緑豆、大豆、葛、山芋、天花、粟、百合、黍など、粉にできる物があれば、何でも麵にした。だから、蕎麦も早くから麵として食べられていたのである。

その麵には二種がある。切麵の《温麵》と、押出麵の《冷麵》である。

《温麵》は切って作るが、《冷麵》は押出器を使って作る。前者は韓国南部に多く、前者は北朝鮮発であるが、現在の半島は《冷麵》が多い。



【麵押出器】

そもそもが北部では小麦粉が貴重であったため、秋に収穫した蕎麦粉には「つなぎ」として緑豆粉を使った。しかし緑豆粉は時間をおくと形が崩れるから、押出器から出てくる麵の下に熱湯を用意しておいて即時に茹で上げる。それを冷水で急冷させる。ここから腰のある麵が生まれた。さらにこの麵は、温かいオンドルの部屋の中で、冷たい汁のまま食べる。その汁は、水分たっぷりの白菜キムチや大根キムチの汁。味は、乳酸発酵してるから、スツとして爽やか。これが唐辛子伝来以前のころから作られていた元来のキムチだ。作り方は、大きな瓶に小ぶりの大根、少々塩、適量の水を加えて漬け込み、瓶を土

中に埋めるらしい。

こうした野菜類を塩に漬けることは、『東国李相国集』や『山村雑詠』などの資料から、**12. 13 世紀以前から始まっていた**ようだ。

また、『東国歳時記』には「冬の時食として蕎麦の麺に白菜キムチ、大根キムチを入れ、その上に豚肉合わせておくものを冷麺という」とある。

これは朝鮮半島の「冷麺とキムチ」の関係を示す大切な資料である。

そして重要な点は、日本のつゆと違って、「肉」を使うことである。

それならば、**朝鮮半島の人たちが肉を食べるようになったのはいつからだろうか？**

古代のことはいざ知らず、歴史上半島は仏教国であり、肉食は禁じられていたはずだ。それが破られたのは、**13 世紀に遊牧民が建てたモンゴル帝国の支配下にあったとき**、その影響から朝鮮の人たちも肉食をとり入れた。

元来、肉食は遊牧民の食慣習であるが、肉といってもそれは草食動物で、家畜で、乳や卵をも利用できる動物であることが多い。たとえば、鶏、羊、豚、牛などであるが、昔は**雉**の肉を使ったという。

『食客』という映画を観ると、「昔、官庁は鷹に雉を捕まえさせた。それほど雉は貴重な食材である」という台詞が出てくる。日本でも王朝時代の昔から雉は珍重され、その料理法は『四條流庖丁書』などに記載されている。雉が珍重される理由は「雉肉は美味」の一言に尽きるといふ。

では、韓国における「蕎麦と雉の汁」の作り方は？

それを知りたくて韓国宮廷料理研究家の崔誠恩先生にお尋ねしてみた。

「昔は、水キムチの汁を煮て、それに新鮮な雉の肉片を入れて麺の汁としていた。」

なるほど、これで《冷麺》の歴史をイメージすることができた。

1) 先ず草創期には麺(蕎麦+つなぎ)とキムチ汁と出会い、  
蕎麦+つなぎ+キムチ汁

2) 次に汁は雉と出会い、  
蕎麦+つなぎ+キムチ汁+雉、

3) それから他の肉汁となったのだろう。  
蕎麦+つなぎ+キムチ汁+肉(鶏、豚、牛)

つなぎは、主として緑豆、ジャガイモ、トウモロコシを使うのが昔流らしい。

こうして、韓国の人たちは、《冷麺》という独自の蕎麦麺を開発した。

この国の人には、その汁を金属製の匙で掬い、蕎麦麺を金属製の箸で掴んで食する。ちなみに金属器を好むのは遊牧民の慣習だ。それに韓国には箸置はない。遊牧民族にとって箸置は不要だからである。

思えば、「細い」「冷たい」「腰がある」は日本の蕎麦麺のお得意芸のはずだった。しかし、それは「つなぎ」と共に朝鮮半島伝来のようだ。

### 3.冷麺の作り方

2019 年 4 月、江戸ソバリエの仲間でもあるウンナンの会において、韓国宮廷料理研究家の崔誠恩先生に、水キムチの作り方を教えて頂き、冷麺を味わう機会があったので、それをご紹介します。

#### ★水キムチの作り方

ア) 白菜 1/4 株+塩 50g+水 1L……4 日間

イ) ア)+大蒜 1 玉+生姜 10g+長葱 1 本+梨 1/2……10 日間



【キムチ瓶・平昌の静江園にて】



【金属製の匙と箸  
☆ほしコレクション】

水キムチの味は家庭によって異なるが、最後に入れる梨がいい味を出してくれる。

## ☆冷麺の作り方

生の冷麺を約 20 秒茹でて、水キムチを入れる。



【水キムチ】



+ 【生麺】 =



【冷麺】

### 《参考》

\*2016. 9 第 13 回「世界そばシンポジウム」(韓国)

\*2016. 9 第 18 回平昌「孝石」文化祭 (平昌蓬坪)

\*ほしひかる筆「そばの花咲くんな國で・・・」(『蕎麦春秋』vol.40)

\*2017. 2. 12 第 8 回江戸ソバリエ・ルシク特別セミナー「国境なき江戸ソバリエたち」(千代田区神田神社)

\*2017. 4. 14 ウンナンの会 (文京区茗台アカデミー)

\*朝鮮半島地図 「ファイル:朝鮮半島主要都市地図 peninsula.gif」より

以上