

—— 滋味礼賛 (注1) 昆布屋の御託 (注2) ——

本来、動物の味覚は体によいものをおいしく感じ、悪いものはまずく感じるようにできているはずです。(注3)

私たちは、脂肪や糖分の多いものや、適度な塩分の食べ物を食べたときおいしいと感じます。これは生存のために必要な基本的な味覚だとも思います。

このようなエネルギー充足型のおいしさを「美味」と位置づけたいとも思います。

「美味」は、誰にでもわかりやすいおいしさですが、それを追い求めると食べ過ぎたり不健康な食生活になることがあります。

もうひとつ、わかりにくいおいしさですが「滋味」があります。これは、和風ダシのおいしさ、野菜のおいしさ、お茶のおいしさなど体に染み入る感じのおいしさです。これらは前者に対して、ビタミン・ミネラル補給型のおいしさと呼びたいとも思います。

飽食の今、大切なのは「滋味」ではないでしょうか。しかし、「滋味」は「美味」に比べ判りにくく、軽視されがちです。「滋味」なものを食べなくてもお腹が減るわけでもなく、すぐ病気になるわけでもありません。また、味の濃いものばかりを食べていると、繊細な「滋味」がわかりにくくなります。

本来「滋味」を感じるはずの食品も、質の低い加工業者の手にかかると、わかりやすい味にする為にうまみ調味料と呼ばれるものが使われることになります。加工食品の原材料名表示欄の、調味料(アミノ酸)、たんぱく加水分解物、発酵調味料、今はやりの酵母エキス、昆布エキス、かつおエキス、最近登場し始めた新式魚醤、などがそれに当たります。

魚醤と聞くと私たちは「いしる」「しょつつる」「いかなごしょうゆ」など伝統的なものを思い浮かべますが、これらのなかにもアミノ酸等が使われたものがあります。新式魚醤も、製造方法に特に問題があるわけではなく、原料にさかなの不可食部分を使って資源の有効利用を謳うこともあり、濃いうまみ味を求める消費者が多いので加工業者が使いたくなるのも無理はありません。しかし、本来「滋味」を感じる食べ物の多くは淡味で、何もかもに強烈なうまみを付けてしまうようでは、食文化の破壊・画一化に拍車をかけることになります。

食品づくりのプロは、うまみ調味料などに頼ることなく、材料の厳選と優れた技術で食べた人に感動を与えることに喜びを見出したいものです。

消費者は、「衣食足りて礼節を知る」のように、生存に必要なエネルギーが充足しているわけですから、「滋味」なものを積極的に摂り、淡味に慣れ、食品本来の味を見分けられるようになってほしいとも思います。そうすることが、健康維持にもつながると思います。和食の良さはまさに「滋味」です。食糧自給、一次生産者への理解、次代への継承なども考えながらさわやかなおいしさを楽しみたいとも思います。

味 淡 有 真 楽[®]

それ自身強く自己主張しないが、相手を引き立てる力を持つものが本物である。(注4)

(注1) ブリア・サヴァランの「美味礼賛」に対抗して (注2) 榊仙太郎様「菓子屋の御託」のマネ

(注3) 食べ慣れていないものをまずく感じるがありますが、この場合はまずいとは言わず分からないというべきでしょう。 (注4) こんぶ土居店主の解釈