

I 部

発酵食品と食文化

発酵と腐敗を区別するのは、科学ではなく「文化」である。

旧石器時代にも自然発酵した食品の利用はあったであろうが、意図的に発酵食品を生産するようになるのは、新石器時代に農耕と牧畜が開始されてからのことである。

牧畜民は乳を発酵させて、長期間保存可能な乳製品をつくりだした。世界中に分布する発酵飲料である酒は、農産物を原料とするものが主流である。

ここでは、酒、パン、漬物、魚醤、納豆、穀醤などの発酵食品の大まかな製造原理と歴史や分布について紹介する。

そして、魚醤や麹でつくる穀醤の分布する東南アジアと東アジアが、発酵によって生成されるグルタミン酸のうま味を重視する、世界のなかでの「うま味の文化圏」となっていることをここで述べる。



❖ 「発酵」と「腐敗」のちがい

「発酵」も「腐敗」も、主として微生物の作用により有機物が分解し、新しい物質が生成されるということでは科学的には同じ現象である。しかし一般的には、この現象が人間にとて有益な場合を「発酵」、有害な場合を「腐敗」として区別している。

そして「発酵食品」と「腐った食品」を区別するのは「文化」なのである。

「文化」を異にする集団である民族ごとに「発酵」と「腐敗」のカテゴリーが異なるのである。

16世紀後半に来日したイエズス会の宣教師ルイス・フロイスが、日本とポルトガルの習俗を比較した書物『フロイスの日本覚え書き』のなかで、「われわれにおいては、魚の腐敗した臓物は嫌悪すべきものとされる。日本人はそれを肴として用い、非常に喜ぶ」と記述している。

すなわち、ポルトガル人にとって塩辛は腐敗物とされるのに対し、日本人にとっては珍味の発酵食品として評価されているということである。

その発酵食品を意図的に製造するためには、麦芽、麹、イーストなどの発酵を促進させる「スターター（種菌）」を使用することが多い。しかし、スターターなしでも自然のなりゆきで腐敗や発酵は進行する。

気候的に農業が困難で、狩猟と漁労に食料を依存する北シベリアの諸民族が、ロシア語で「酸っぱい魚」という意味の「キララヤ・ルイベ」という魚の保存食品をつくることが知られている。永久凍土に穴を掘り、穴の底や内壁には樹皮をしきつめ、このなかに塩をせずに生魚を入れ、長期間保存する（魚とともに漿果類を保存することもある）。永久凍土に掘った穴のなかは、温度が0℃以下になることが多いので魚は冷凍にはならず、魚に樹皮や漿果の乳酸菌が移り乳酸発酵する。そして数か月保存すると、魚は酸っぱくなって臭気を発し、その風味を賞味する。本書のⅡ部3.7節内の「キビヤック」も極北で開発された自然のなりゆきの発酵食品である。

このような自然のなりゆきでつくられる発酵食品は、旧石器時代にも存在した。しかし、作物栽培や家畜の飼養をせず、野生の動植物に食料資源を依存する旧石器時代

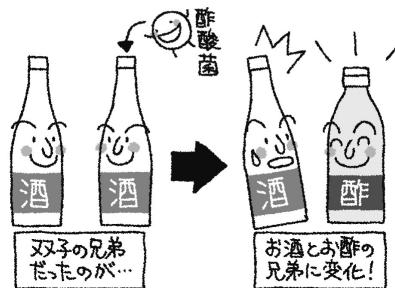


ところちがえば発酵食品は腐敗物

酒と酢は兄弟

酒に酢酸菌が加わると酢酸発酵をして醸造酢になる。人為的に酢酸菌を添加しなくとも殺菌して発酵を止めることをせずに酒を放置していたら、自然のなりゆきで酢が生成される。英語のvinegar(ビネガー)は「酸っぱいブドウ酒」という語源があり、また古代中国では酢を「苦酒」という文字で記し、日本でも古くは「からさけ」といった。

そこで世界の伝統的な醸造酢は、それぞれの地域でつくられる酒の種類と関係をもつ。ブドウ酒地帯である地中海圏ではワインビネガー、麦芽(モルト)でビールやウイスキーを製造するイギリスではモルトビネガー、リンゴ酒であるシードルをつくる地域ではリンゴ酢であるシードルビネガー、東南アジアのヤシ酒をつくる地域ではヤシの樹液でつくる酢、日本では米酢がつくられてきた。



双子の兄弟から年の違う兄弟に?!

❖ 世界でいちばん食べられている発酵食品：植物性発酵食品

主食材料の発酵

日常的に世界でいちばん食べられている発酵食品がパンである。水で練った小麦生地を一晩放置すると、自然酵母のはたらきで発酵し、このときに生じる炭酸ガスの作用で膨らんで焼き上がる。

伝統的なパンの製法は、生地の一部をとっておいて次のパンづくりのスターターであるパン種にするというものであった。

ビールづくりの容器に付着したビール酵母は純粋なイースト菌であるので、パンの発酵に珍重されたりしたが、現在では純粋培養した製パン用のドライイーストが使用されるようになった。

ポリネシア諸島には、えぐ味（この場合は、舌をさすような感覚）の強い品種



パンは世界でいちばん食べられている発酵食品