

日本人なら知っておきたい だしは「教養」になる！

素材の味を引き出すだしの力は自然への畏敬の念が生んだ日本人ならではの文化。そんなだしの真価を、なんと私たちはまだ知らない――。

龍谷大学教授

伏木 亨

●ふしき・とおる 1953年滋賀県生まれ。専門は食品・栄養化学。『味覚と嗜好のサイエンス [京大人気講義シリーズ]』(丸善)、『おいしさを科学する』(ちくまプリマー新書)など著作多数。

日本のだしは特殊？

――だしといえば、日本では昆布と鰹節のだしが基本だと思いますが。そうですね。だしのうま味は何かというと、昆布の場合はグルタミン酸とアスパラギン酸の、ほとんど二種類しかありません。鰹だしのうま味の主なものはヒスチジンとイノシ

ン酸で、グルタミン酸・アスパラギン酸・イノシン酸の三つの化学物質を調合すると、なんとなくだしらしい味になる。

ただし、これだけだと香りが少ない。だしをおいしいと感じるためにはあの独特な香りが必須なんです。うま味としてはこの三つが、日本人が行きついたおいしさの基本だといえるのではないかと思います。

それにしても、日本のだしは、ちよつと特殊だと思いますね。――特殊ですか？ 考えてもみませんでした。

フランス料理や中華料理だと、うま味の非常に濃いだしが好まれるので、素材を何時間も煮込むことで、ありとあらゆるおいしさを引き出そうとします。フランス料理や中華料理の料理人にとっては、そこが腕の

見せ所でもあるんですね。

一方、日本料理では、素材そのものの味を第一に考えます。ですから料理人は、独自の味やクセは極力出さないようにするし、だしに求められるのも素材の味を上手に引き出すことで、特殊というのはそんな意味です。

この二つはとても大きな違いです。フランス人は一生かかって「これこそ、あのシエフの味だ」といわれるオリジナルのソースを作りたいと思っている。ところが日本人は、一生かかって素材を探し回るだろうという話を以前聞いたことがあります。なるほどなあと思いました。

日本のだしの場合、たとえばひとくちに昆布といってもいろいろあって、その多くが北海道海域で取れるんですが、いまは利尻昆布がいちばん上質なものとされているといっ

ていいと思います。それも、三年寝かせたものが最上級品です。寝かせることで、味が熟成するんです。二年ものを「ひね」、三年ものを「大ひね」と呼ぶんですが、三年を超えるとそれほど味に変わりはお出なくなくなる。さらに寝かせると、味は逆に弱くなってくるようです。

利尻の昆布は、うま味の純度が高いピュアな味が出ます。もう少し南で取れる真昆布、日高、羅臼なんかは、利尻に比べてこくや甘みがあり、厚みもあって味が複雑です。

ところが料理人は、複雑で濃い味はあまり好まない。とくに京都の料理人は、料理にもよりますが、こくのあるだしがベストだとはあまり考えていない。複雑な味のだしを使うと素材そのものの味がばやけてしまうからでしょうね。料理人が第一に考えているのは、あくまでも食材を

そのまま生かすことで、そう思ったから、できる限りうま味に特化しただしを使うのがいちばんなんです。

素材の味にこだわるわけ

フランスでは最近、素材や風土の味を大事にしようという動きがけっこう出てきているんですが、その背景には和食の影響も大きいはず。素材や風土の味を大事にするという日本人にとってはごく当たり前のことが、濃厚なうま味のために贅を尽くした、あるいは技巧をこらした料理を追求し尽くしたフランス人などから見ると、まさに革新的だったのでしょう。

フランスに限らず、いま、外国人の和食やだしへの関心は非常に高いんですが、これは彼らが素材そのものの味に興味を持ち始めている表れ