

I-3 江戸時代の料理書にみるキノコの利用

食文化研究室 福留奈美

I-3-1 はじめに

江戸時代は、長い鎖国期間で異文化接触が制限されたため、国内で独自の日本文化が発達・成熟したとされる。とくに江戸の街と京坂（京都、大阪）の都市では、人口が急増し、市街地増設のために地方から流入した男衆の食事を賄うために、振り売り（行商人）や煮売り（屋外で調理して提供する商売）が多く出回り、外食できる茶屋等の飲食店も多くあった。また、神事や祭事にまつわる出店や宿場町の街道には様々な屋台が並んで食べ物を売る様子が浮世絵などに描かれている。参勤交代を通じて、地方の名物、特産品の情報が口コミで広がり、食べ物への関心も高かったと考えられる。たとえば、俳句「目に青葉 山ほととぎす 初ガツオ」で知られるように、江戸っ子が初ガツオを珍重し高値がついたこと、初物を食べると長生きできるといったいわれを重んじ、食物を選択して食べることが都市部を中心に行われていたことがうかがえる。

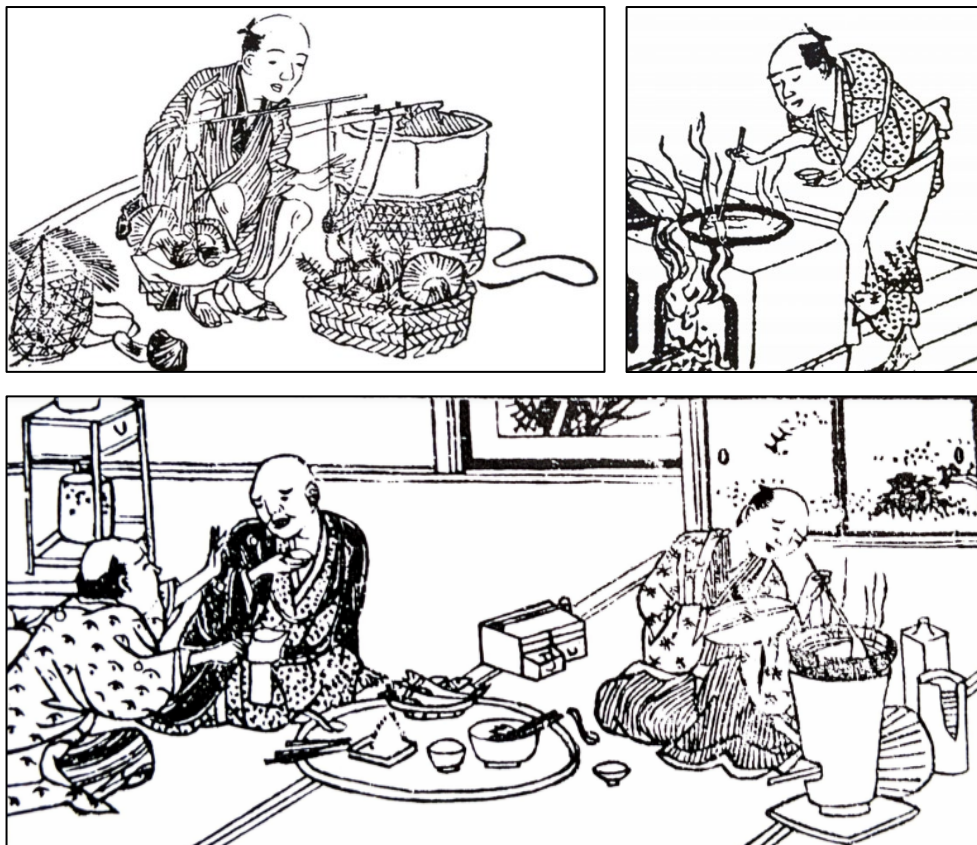
江戸時代には、浮世絵や錦絵など版画の技術が向上し出版文化も発展していく。江戸時代初期の『料理物語』（1646）をはじめとして、貴族、武家、町人など一定以上の経済的余裕と知識を有する階層向けの専門的な料理書から始まったが、出版文化が隆盛を極めた江戸後期には、さまざまな料理本が登場する。たとえば、『豆腐百珍』に代表される百珍もの¹⁾と呼ばれるものは、豆腐、大根、甘藷（さつまいも）、柚子などの食材をテーマに、それを使ったさまざまな料理、調理法を紹介する一般向けの現代にも通じるテーマ設定の料理本である。現代に至っては、1980年代のグルメブームでは多くの料理書が出版され、料理番組も作られた。現在はSNSやレシピ投稿Webサイトに媒体が変化しつつあるものの、料理ブーム、料理本ブームというものは江戸時代から起こり、レシピ情報（材料、作り方、コツ等）は食情報の集積の表れとしてさまざまなことを語りかけてくれる。

本稿は、現在から未来における「きのこ料理」の在り方、きのこの新しい食べ方や楽しみ方を考える上で、古典に目を向けるものである。きのこは山の恵みとして、森林大国の日本ならではの食文化のひとつとして、古代から現在までずっと食べ続けられてきた。食用きのこは多種多様あり、毒キノコに遭遇するリスクがあるにも関わらずきのこ狩りで野生のきのこを採取し食べる楽しみが今も残る。一方で、日々の食生活においては、限られた栽培種のきのこが通年でスーパーの棚に並び、きのこそのものが旬であったり、多様な食文化の表出として注目されることはそれほどない。

そのような中、塙町のみちの駅で販売されている極太の本しめじや平茸、肉厚の椎茸、珍しいきのこ類を見て驚くと共に、きのこが主役の料理、あるいはきのこの食感を生かした副材料としての多様な利用法が提案され、きのこのおいしい食べ方として広がっていてもよいのではと考えた。本稿では、江戸時代の料理書にみる代表的なきのこの種類とその利用法を通して、現代のきのこの食べ方に応用できるいくつかの事例を示す。

I - 3 - 2. 江戸時代のきのこの食べ方

1) 江戸時代の都市部の台所事情と小鍋仕立て



左上：きのこの振り売り 右上：江戸時代の台所の竈 下：火鉢による座敷での煮炊き

図1. 『素人庖丁』より（国立国会図書館デジタルコレクション）

はじめに、江戸時代の主に都市部の人々がどのように調理を行い、きのこを食べていたかを推察するため、江戸時代の台所事情を簡潔に述べる。

江戸の街では、生鮮の魚介類や干物、野菜や菓子、水までもが「振り売り」「棒手振（ぼてふり）」と呼ばれる行商人によって売られていた。大きな傘のきのこを籠に入れて量り売りしている様子も描かれている（図1左上）。台所には竈を設え、長屋など庶民の家屋では土間に、商人や武家の御厨（台所）では床上の板間で複数の竈に鉄鍋や羽釜をかけて煮炊きしていた（図1右上）。座敷には、火鉢に土鍋をかけた（図1下）、長火鉢（図2左）、丸い火鉢（図2右下）、木枠で覆った七輪（図2右上）を持ち込み、浅型の鉄鍋や土鍋をかけて煮炊きしていた。江戸時代から、現代の卓上コンロに通じる道具があり、できたての鍋料理を食べていたのは興味深い。この形式は「小鍋仕立て」「小鍋膳立て」などと呼ばれ、人気があったという。この背景には、鉄鍋の鑄造が盛んになり鉄鍋が普及したことと、単身生活者が多かったことが理由として

あげられる。

この小鍋仕立ては、単身世帯や二人世帯など、共食する人の数が減っている現在において、料理をおいしくできたてで食べる方法として興味深い。現在も一人鍋用の土鍋が発売されているが、浅型の鉄鍋（フライパンで代用可）で作る小鍋仕立ての料理は現代の日本人の食生活に合うものだと考えられる。

後述する煎物（いりもの）（表3）は、煎松茸の調理法である。松茸のおいしさは香りだけでなく軸の部分のその食感によるおいしさでもある。江戸時代の人々の食べ方にならい、食感のよいきのこ類を単体で「煎〇〇茸」として少量の煮汁でさっと煎って（煮て）小鍋仕立てでいただくのも一案である。



左：『乙きょう美女そろひ柳橋きんし』歌川国貞（1868）

右上：「りうかんばしどぜう」『新版御府内流行名物案内双六』一英齋芳艶

図2 浮世絵にみる座敷の小鍋仕立ての料理

2) 江戸料理本に登場するきのこ類

『日本料理秘伝集成』（全19巻、同朋舎出版、1985）に収録された料理書にとりあげられたきのこの種類を、主に索引で調べたところ、「いくち（栗茸）、岩茸、椎茸、裏白椎茸、榎茸、かわ茸、木くらげ、香茸、しめじ、松露、ねずみ茸、初茸、舞茸、松茸、よし茸」など15種類にのぼった。

3) 『素人庖丁』献立におけるきのこの使い方

次に、『素人庖丁』（浅野高造著）に登場するきのこの種類と数について調べた。

『素人庖丁』は3巻3冊構成で、江戸時代に初編（1803：享和3年）、二編（1805：文化2年）、三編（1820：文政3）が出版された料理書である。序文に「此書は百姓家、町家の素人に通じ、

日用手りやうりのたよりともなるべきかと、献立の品々を分かち、俄客の折から台所の友ともなるべきと心を用いたとあるように、不意の来客時でも料理を振る舞うのによいレシピを紹介するというものである。実際のところは、ある程度凝った料理や道具が必要な料理も多く含まれるため、百姓というよりは少し裕福な層で客人に振る舞うもてなり料理の要素が強い。時間をかけず簡便に作るという点、もてなしに向く料理ということで、本研究で主な分析対象とした。

『素人庖丁』初編には魚介類の料理が中心で後半に精進の料理が掲載され、二編も魚介類中心であるのに対し、三編は主に精進の料理が紹介されている。初編と三編にある献立表には食材一覧があり、そこに記載されたきのこの種類と料理分類を集計した（表1）。なお、現在の食生活であまり馴染みのない3種（岩茸、香茸、松露）と種類の多いしめじについては補足説明を表2に示す。

表1 『素人庖丁』献立におけるきのこの種類と出現数

料理分類	岩たけ	木くらげ	香たけ	椎たけ	しめじ	松たけ	松露
鱈	19	20	6	0	0	0	1
汁	8	2	0	3	2	0	3
小煮物	5	3	1	0	3	2	2
煮物	9	9	2	7	1	1	0
和物	2	5	1	0	0	0	0
田楽	0	0	2	0	0	0	0
組肴	2	0	4	5	0	0	0
鱈（精進）	10	4	8	4	0	1	2
汁（精進）	3	1	1	4	2	1	2
煮物（精進）	6	5	1	5	2	1	0
和物（精進）	5	3	3	0	0	0	1
取肴（精進）	0	0	0	0	1	2	0
ひたし物の類（精進）	0	0	0	0	1	1	0
合計	69	52	29	28	12	9	11

※吸口の類（精進）、みその類・酢みそ（精進）ではなし

料理分類	岩たけ	木くらげ	香たけ	椎たけ	しめじ	松たけ	松露
鱈の部	17	10	9	7	2	4	1
汁の部	6	2	0	4	2	2	1
煮物の部	17	11	0	12	2	4	0
敷みその部	3	3	1	1	1	0	1
くず溜りの部	8	5	3	6	1	4	1
吸物の部	4	1	0	1	0	2	1
和物の部	5	13	4	1	1	1	1
台引の部	0	0	0	0	1	2	0
重引の部	0	1	0	0	0	1	0
浸物の部	0	0	0	0	0	1	0
合計	60	46	17	32	10	21	6

※吸口物の部、けん 改敷の部、酢みその部ではなし

表2 きこの類の説明補足

種類	説明	巻、頁
岩たけ	直径3~10cmで、高山の岩壁に着生する。乾燥して保存したものを水に戻し、柔らかにゆでて向付のツマ、汁の実、煮物、和物、酢の物などにも使う。	15-p222, 3-p66
香たけ	昔から香気の強いきのことして知られている。乾燥品、生ともにアクが強いので、煮こぼして黒い煮汁と捨ててから使う。高さ20cm、傘の直径20~20cmという大型のきのこ。乾くと濃い黒色となり、強い香りがある。陰干しにしたものを、シイタケと同様に使う場合が多い。苦味があるので、水に漬けてしばらくおいてからゆでる。	15-p210, 3-p66
しめじ	しめじと名のつくきのこは多いが、ふつうホンシメジをさす。秋に雑木林に群生する。味がよく、椀だね、なべ物、煮物などにする。	4-p24
松露	海辺の松林の地中に生じ、春、秋に採る。外皮は白いが、空気にさらすと色が変わる。地下生菌のひとつ。まろやかな味、さわやかな歯ざわりが昔から尊ばれている。なます、汁・煮物の実に重宝。	13-p47, 12-p28

※『日本料理秘伝集成』（全19巻、同朋舎出版、1985）を参照、筆者要約。

次に、献立への使われ方によるきのこ類の特徴をとらえるため、表1左の13料理分類毎のきのこ別登場頻度のデータについて階層型クラスター分析（ウォード法）を行い、大きく2つのグループに分類した。第一グループの岩茸、きくらげ、香茸は登場頻度が高く、また黒色で料理に添えたときに存在感と独特の食感があるもの、香茸についてはアク、香りともに強いものだが、その3つがひとつのグループを形成した。その他の椎茸、しめじ、松茸、松露はいずれも大型のきのこで、添え物としても香りや食感のアクセントになりうるものであるが、それ単体でも料理の中で食べ応えのある存在感のあるものという特徴が考えられる。

具体的に第1グループの岩茸、木くらげ、香茸は乾燥品を戻して使うという共通点があり、鱈（生もので刺身よりも魚介類を小さく切り、酢、塩などで和えて調味したもの）のツマとして添える、汁物の実にする、蒸し物の副材料として豆腐や卵液に混ぜ込むなど食材のひとつとしてアクセントとなるもの、そうした使い方が多くみられた。一方、第2グループの椎茸、しめじ、松茸、松露は、第1グループと同様に鱈のツマや汁への利用も見られるが、切って煮る、煎焼にする、太い軸を薄く切って他の材料を巻いて焼くなど多様な調理法が散見された。

要約すると、きのこの利用法として、1) 乾燥品の活用として、その色や食感、香りを料理のアクセントとして添える役目、2) 乾燥品または生の大きな形状を生かして主材料、または主材料に次ぐ副材料として多様な調理法に応用される、以上2つの方向性があることが示唆された。現代の食生活でも、2)の生の利用については共通するものがあるが、乾燥品の利用については干し椎茸の利用にとどまっている。冷蔵庫の普及とコールドチェーンの発達により、生のきのこの流通が一般化した。乾燥品ならではの食感や色、香りの利用という点で、きのこ類のあらたな加工と活用の方向性に「乾燥きのこ」があげられる。

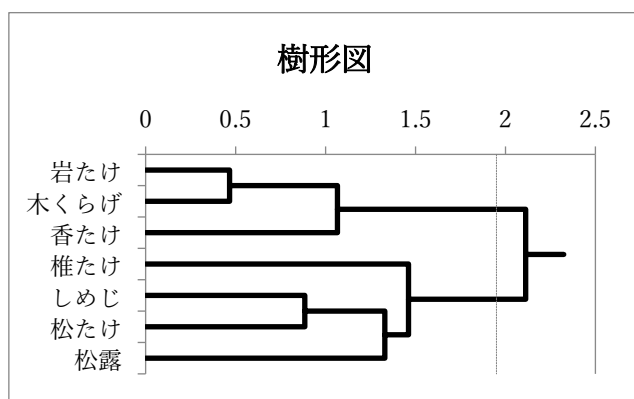


図3 『素人庖丁』初編の献立登場頻度によるクラスター分析

4) 江戸時代のきのこ料理の調理例

最後に、『素人庖丁』の初編・二編・三編と『図説江戸料理事典』²⁾に所載されるきのこ料理を中心に、『日本料理秘伝集成』(全19巻)³⁾からの情報も加え、いくつかのきのこの使用・応用例を示す(表3)。

ひとつには、煮物とそのひとつの手法である煎物である。少ない煮汁で煎りつけるように煮る方法は、さっと火を通してきのこの食感と風味を楽しむのに最適の調理法のひとつといえるだろう。副材料として複数の食材を合わせて煮ることも考えられるが、煎松茸のように主役の食材として、きのこのものを楽しむことが考えられる。

次に茶碗蒸しとその応用である。とくに精進料理の応用例は、ヴィーガンやベジタリアン料理が注目される中、きのこを使った精進の料理の調理法として参考になる。卵液に代わるベースの部分のヴァリエーションは多様にあるが、そこにうま味、味の補強としてきのこ類を組合せして入れることが考えられる。

3つ目には、様々な他の材料を複数組み合わせることで、料理に楽しみや食感の多様性を加える調理法である。江戸時代から食べられていた料理名と使うことで、目新しさも出せる可能性がある。最後に、きのこの軸を使った料理の例として、松茸の調理法をあげるが、本しめじがその他の大振りのきのこで代用することが可能だと考える。

3. 最後に

以上、江戸時代の人々の料理の楽しみ方を、当時の生活を描いた浮世絵や料理書に記載された材料の組合せと料理名などからとらえ、塙町で生産するきのこことそれを使ったきのこ料理への応用という視点でまとめた。限られたスペースですべての収集データをここに示すことはできなかったが、参考文献にあげた料理書の集成は、網羅的に当時の料理書の内容を現代語つきで掲載したものである。原典を参照することでさらなる発見もあると思われる。参考にさせていただきたい。

表3 『素人庖丁』三編に見られる料理へのきのこ使用・応用例

煮物、煎物の類	煮物	焼く、蒸す、揚げるなどの他の加熱法に比べ、日本料理の中で最も一般的な加熱料理である。煮汁の中で食品を加熱するもので、煮汁の量や用いる調味料により多様な料理名がつけられる。
	煎物 (いりもの)	魚介類、野菜類などを汁気少なく煮た料理で、少ない煮汁で煎りつけるようにさっと煮る煮物の一種。煎松茸、酢煎、煎鳥、煎蠣などの例がある。「煎焼」と似ているが料理書では別にされ現代の関東風すき焼きも類似した調理法で、同様に杉焼・貝焼・鍋焼（以上、煮るための容器の名称）も少量の煮汁で焼くように煮る点で共通点がある。
	煎焼 (いりやき)	煎物（煮物の一種）とは区別され、主に鳥や魚類の肉を大きくそぎ切りにして、火にかけた鍋または土鍋で調味液を加えながら煎りつけた料理をいう。 煎松茸のように、煎本しめじ、煎平茸のような料理が考えられる。食材そのものの食感や味わいを楽しむ調理法であり、肉厚のきのこを少し厚めのスライスにしてさっと煎りつけるとよい。
	煮和（にあえ）	魚介類、野菜類、茸類などのいろいろな材料を取り合わせて細かく切り、だしに煎酒や醤油を加えた汁で煮て、煮立ての熱いところを供する料理で、夏は冷まして供するものとある。
精進茶碗蒸し	茶碗蒸し	卵とだしを合わせて調味し、茶碗に入れて蒸すときに、具材としてさまざまなきのこの利用が見られる。食感のアクセントだけでなく味をよくするために複数を組み合わせることもある。
	応用例	精進の茶碗蒸しとして、卵液の代わりに湯葉、豆腐をすってだし、調味料と合わせ、くず粉でつなぐ方式がとられる。こうして作る精進の茶碗蒸しのベースに生栗をすりおろして加える、ぎんなんをすりつぶして加えるという応用がある。他にも、ベースを山芋のすりおろし、くわいのすったもので整える例がある。また、青のり、または浅草のりをくずあん（くずあん）に溶かし茶碗蒸しの上にかけるという例も多くみられる。こうした精進茶碗蒸しに、岩茸、香茸、椎茸、木くらげなどの利用があり、他のきのこ類への応用も可能と考えられる。
他の副材料との取り合わせ	葛にゆうめん	そうめんをゆでて水で締め、それに添えるつけ汁として、昆布と干し椎茸のだしにくずでとろみをつけたものを添える。そうめんの上に、せりやほうれん草、長芋、くわいやぎんなんなどの他、さまざまなきのこを取り合わせてのせることで、食感ほかの多様性がうまれる。やや濃いめの味にしたくずあんをかける。以上は精進の例であるが、ここに肉や魚介を組み合わせるとより味わいのある一品になる。
	葛かみなり、味噌かみなり	現在、かみなり豆腐と呼ばれる料理に類似したもの。かやの油で椎茸、せり、くわい、むしりこんにゃく、木くらげなどを入れて煎り付け、しょうゆで味付けして豆腐を加えてさらに煎る。器に盛って、調味した昆布だしのくずあんをかける。しょうゆの代わりに味噌を用いて味噌汁をくずであんにした応用も料理書中にある。
	阿蘭陀和え、阿蘭陀煮和え	こんにゃくをごま油でいりつけ、黒ゴマをたっぷりすったところに味噌、酒をすり合わせて炒めたこんにゃく、岩茸、ぎんなんを加えて和える。煮和えの場合は、ごま油でこんにゃくをいりつけた後、きざみ椎茸、木くらげ、みつ葉、麩、ごぼう、くりなどを加えて味噌、酒、醤油、酢で煮て和える（煮和える）。
軸の利用	松茸の芋の子料理	松茸の根をとって、くるっと丸くむいて丸く形作り、さまざまな料理にする。芋の子は、葛煮にしたり、生麩で包んで油であげる竜眼もどきでは、器に取り合わせるの副材料として岩茸や木くらげなど他のきのこ類、ゆりね、三つ葉、青のりなどの海藻なども入れて具沢山にする。煮物や吸物の実として重宝する。
	けんちん茸	これは料理名で、松茸の太い軸を切り取ってさっとゆで、薄くむいて平たく伸ばし、くり、木くらげ、三つ葉の軸などをおいて巻いて油で揚げる。

参考文献

- 1) 原田信男『料理百珍』八坂書房（1997）
- 2) 松下幸子『図説江戸料理事典』柏書房（1996）
- 3) 中村璋八、佐藤達全編『日本料理秘伝集成』全 19 巻、同朋舎（1985）

全 19 巻に採録された江戸時代の料理書名：第 1 巻 日本料理法秘伝 1 平野雅章編 第 2 巻 日本料理法秘伝 2 吉川誠次編 第 3 巻 日本料理法秘伝 3 平野雅章編 第 4 巻 日本料理法秘伝 4 松下幸子編 第 5 巻 日本料理法秘伝 5 飯田喜代子編 第 6 巻 日本料理法秘伝 6 平野雅章編 第 7 巻 献立集 1 吉川誠次編 第 8 巻 献立集 2 吉川誠次編 第 9 巻 百珍 1 原田信男、奥村彪生編 第 10 巻 百珍 2 柳原敏雄編 第 11 巻 茶懐石 熊倉功夫、原田信男編 第 12 巻 精進料理 奥村彪生編 第 13 巻 異国風料理 しっぽく、南蛮、中国料理 奥村彪生編 第 14 巻 珍味と地方料理・漬物秘伝 奥村彪生編 第 15 巻 江戸の惣菜 福田浩、島崎とみ子編 第 16 巻 菓子 鈴木晋一編 第 17 巻 食品食物学・食医学 中村璋八、佐藤達全編 第 18 巻 日本料理の起源/食物・食事雑篇 倉林正次編 第 19 巻 料理用語事典・索引 奥村彪生、福田浩編