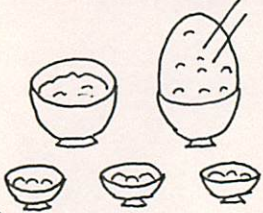


京都新聞社主催の、ソフィア東京フォーラム2009「京の食文化と京野菜」が都内で開催されました。ベジフル通信番外編では、その中で行われた基調講演を元に京の食文化の歴史についてご紹介いたします。京料理は1200年の歴史を持つのですが、実はその「京料理」という言葉は、近代になってから生まれたそうです。江戸時代では、京野菜や京菓子は共に評判が良く有名でしたが、「京料理」という言葉の記録は残っていないそうです。京都がかつて日本の首都であったことから、京の食文化は日本の食文化の元となり、ニューヨークマンハッタンでは、350～400席もある日本料理店が満席になるほど、日本料理は世界的に有名になりました。ではその食文化とはどのような歴史を持っているのか、興味がわきませんか？京には**5つの料理の伝統**があります。時代と共にどのような料理が栄えたのか、1～5を順番にご覧ください。

1. 有職(ゆうそく)料理

公家文化の中で、平安時代の貴族は中国に憧れ、宮中で**椅子や机**を使って**食事**をしていたそうです。彼らは外来文化に憧れ、牛乳を飲んでいたりとも言われています。ご飯は、**高盛飯(たかもりめし)**という盛り方で、箸休めはごはんを箸をさす、これが礼儀でした。ここで日本の食文化の伝統、和食「**一汁三菜**」の**4点構造**ができあがりました。



ご飯、味噌汁、漬物
菜が2つ or 3つ
(格が下がれば菜が減る)

4. 茶の湯 懐石料理

本膳料理が栄えたあと、料理は食べるものであるという考えが高まり、料理に革命が起こりました。既に作られた料理が運ばれてくる本膳料理に比べ、**出来たてをその都度運んでくる懐石料理**が生まれました。

まず、①飯と汁が出てくる。②煮物椀 ③焼き物(魚)
④八寸(酒の肴)(もう少しお酒を飲んで行ってくださいという意味だとか)⑤湯桶と香の物 ⑥お菓子)

5. 家庭料理

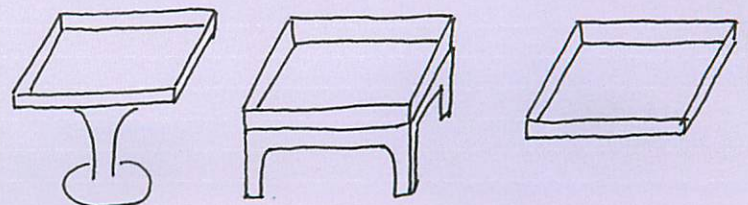
儀式やもてなし料理は無理をすることが多いものですが、**家庭料理は身の回りの、調達できるもので作り、自然環境と私たちが密着させます**。京では、**おばんざい**と呼ばれ、だしのとった残りのこんぶは、細かく刻んで大根おろしと和え、かぼすを搾ったり、京ねぎは根っこをきれいに洗い刻んで油炒めをすると、ここが一番甘くておいしい…のです。

2. 精進料理

鎌倉時代の禅宗文化、京を舞台に**野菜料理が進化**しました。また、中国から石臼が入ってきたことで、固い麦や豆などを挽けるようになりました。小麦が簡単に手に入ったことで**麺の文化が開花**、そして大豆から**豆腐や湯葉の文化が開花**したそうです。

3. 本膳料理

戦国大名が客人をもてなすための**儀式的な料理**として、また自分の力を見せつけるための**見る料理**として栄えました。**一銘々膳(いちめいめいぜん)**で本膳(1の膳)から始まり、2の膳、3の膳～7の膳まであり、8汁32菜でとても食べきれない量ではありませんでした。つまり食べきつてはいけない、持ち帰るための料理だったわけです。大正時代まで箱膳(一銘々膳)は続き、足のあるお膳は格式が高く、1本足のお膳が一番格式が高かったそうです。足のない御膳は**折敷(おしき)**と呼ばれ、それが**わびた御膳→親しい御膳**となり、今日に至っているようです。また庖丁式(ほうちょうしき)という調理法で料理され、彼らは普通の料理人より格が高く、烏帽子(えぼし)を付けて料理をしていたそうです。



格が高い → 格が少し高い → 格が低い
(親しい御膳)

京料理は、自然環境に近い料理といえます。昭和30年代、暮れに野菜の値段があがること、これが農林省の大きな問題の一つでした。漬物を作る時期に大根や白菜の値段が高騰することは大きな問題だったのです。今は、一年を通じてほぼ安定して野菜が手に入るようになり、野菜を作る方への感謝の気持ちと共に、**身土不二(しんどふじ)**をも改めて考えさせられました。