良質な醤油の開発が江戸っ子を食道楽に、蕎麦店も繁盛

　　　　醤油は、江戸時代の初期には紀州の醤油や溜り醤油、竜野の淡口醤油といった（灘や伏見の酒を樽詰めにしたものを輸送した貨物船で、樽詰めにした物を廻送したことから付いた呼び名）で運ばれ上方（関西）から下って来るもの（くだりもの）が最上とされ、江戸周辺で生産される地回り醤油は下って来ないので「くだらないもの」として評価が低く、価格も倍くらいの開きがあった。

今でも、価値が低いという意味で「くだらない」という言葉が用いられ

るが、これは江戸初期の酒や醤油の評価に由来する言葉なのである。

しかし、１８世紀後半になると、江戸に近い銚子や野田（現在に続くヤマ

サやキッコーマンが生まれている）で、材料に小麦を取り入れ、味に豊か

なコクを加えた濃い口醤油が開発されたことで味が格段に向上し、それま

でくだらないものと揶揄されていた地回り醤油（関東地回り醤油）が次第

にくだりものを上回る評価を得るようになり、最上級の醤油として世間に

認められてきている。

　　　　この良質の濃口醤油を活用したことにより、食味が格段に向上した結果、江戸前の握り寿司、天麩羅、鰻の蒲焼が評判となり、蕎麦にも鰹節を使った美味しい汁が登場するなど、江戸の食文化は一気に花開いていった。即ち、江戸っ子が急速に「食い道楽」に変身していくきっかけは、良質な濃口醤油の開発にあったとも言えるのである。

蕎麦も同様に、良質な醤油の開発を待って、一気に隆盛期を迎えていった。この旺盛な蕎麦の需要に応えて、江戸時代の中期には、１町（１０９ｍ）に２軒以上の蕎麦屋が、さながら現在のコンビニと同じように営業していたようだ。

喜田川守貞著の江戸時代末期の風俗考証書『』では、万延元年（１８６０年）に玄そばの騰貴対策のために談合した江戸府内の蕎麦屋（暖簾を出している店）が３，７６３店あったとされている。これに加えて、かつぎ蕎麦屋（夜鷹蕎麦等の移動屋台蕎麦屋）の数もかなり多かったと見られ、すごい繁盛振りである。しかしながら、屋台は、手軽に開業できることから数は多かったものの、質から見ると、落語の「時そば」に出てくる屋台の蕎麦屋のように、ピンからキリまで様々なレベルだったように見られる。

また、『守貞謾稿』では、天保から嘉永（１８３０年～１８５４年）にかけての江戸の蕎麦屋の品書きを、そばは代金１６文、あんかけうどん１６文、あられ２４文、花まき２４文、しっぽく２４文、天ぷら３２文、玉子とじ３２文、御膳大蒸籠４８文、上酒４０文としている。いずれの品も現在の蕎麦屋と見紛うようなものばかりであり、この時代には、既に現代の蕎麦屋で提供しているようなメニューがほぼ完成された状態で提供されていたと言うことができる。

初期の蕎麦汁

　　　　蕎麦は、今では蕎麦につけて食べるのが当たり前となっているが、今日のような濃い口醤油、砂糖、味醂を使った返しに鰹節等のを加えた蕎麦汁になったのは、２００年くらい前（文化文政期）からのこと見られている。

それ以前は、「真田汁」とか「辛つゆ」、「鬼汁」（ねずみ大根を熱い灰の中

に入れ、熱を加えてから擂り下ろして布で絞り、それに焼き味噌を擂鉢で擂

って大根の汁と混ぜて布で絞って作る。鬼が涙を流すほど辛いという意味

から付いた呼び名）と呼ばれたものが一般的で、辛い大根の汁に味噌かり

醤油で味付けをしたものが使われていたようだ。

　　　　尾張藩主徳川義直の供をして中山道を旅した儒者堀杏庵の日記『中山日録』には、寛永１３年（１６３６年）中山道の宿場（長野県木曽郡楢川村）で、細長く冷たく作られている蕎麦切りを、少量の味噌を加え、鰹節とネギを入れた大根の絞り汁で食べたとの記載がある。

　　　　味噌の起源は、中国伝来の「」（味噌と醤油の中間のようなもので、使う原材料により魚醬、肉醬、豆醬等がある）であり、大宝律令（７０１年）にある「」という表記が、味噌の始祖とされている。味噌は、大豆を原材料として作られるが、室町時代には庶民が普段に食べられるように普及したと見られている。

　　　　醤油は、鎌倉時代の禅僧覚心が中国（宋）から持ち帰った味噌の製法を紀州の人々に伝えている最中に、水を入れ過ぎたためにできた溜り醤油のようなもの（味噌の上澄み液）を発見し、これに改良を加えて醤油を開発したとされている。その後、室町時代には、各地で醤油が生産されるようになってきた。

　　　　江戸時代になると、大都市を中心に醤油が普及してきたが、醤油は依然として高級品であったため、その使用は限定的だった。地方では、味噌が自家製で普及していたために、蕎麦汁は味噌仕立てが一般的だったように見られる。

　　　　寛永２０年（１６４３年）版の『料理物語』では、蕎麦汁は饂飩の汁と

同じとされているが、それは「れ味噌」（略して「たれ」と呼ばれる。蕎

麦の汁を「たれ」と呼ぶのもここに起源がある。）か「」である。垂れ

味噌は、味噌を水に溶いて煮詰め、布袋に入れて垂らして得られる汁であ

り、煮貫は味噌を水に溶き、削った鰹節を入れて煮詰め、布袋でしたも

のである。元禄１０年（１６９７年）刊の『』では、垂れ味噌に

好い酒と鰹節の細片を加えてとろ火で煮て、塩と溜り醤油で味を調える蕎

麦汁を紹介しているが、この段階ではまだ味噌味の汁だったと言える。

　醤油を用いた蕎麦汁の製法の初見は、寛延４年（１７５１年）脱稿の『蕎

麦全書』である。それは、醤油に酒と水を加えてゆっくり煮詰めるという

もので、出汁の味を好む場合にはよく枯れた鰹節で採った出汁を加えると

されている。

　　し

　　　　砂糖と味醂、醤油を使って「返し」を作り、鰹節や昆布、椎茸等から「出汁」を取り、その旨味を混ぜ合わせて美味しい蕎麦汁を作る技法は、江戸時代の先人達の弛まぬ工夫の中から生まれている。和食がユネスコの無形文化遺産に登録されたが、蕎麦汁にも日本の食文化の奥行きの深さを感じさせられる。

江戸時代には、蕎麦汁に酒を用いる（日本酒のアルコール分には味を引

き出す効果がある）ことも行われていたが、当時の酒はかなり甘いもので

あったことから、その後の返しに甘いや砂糖を使用することに結び付

いていったとも言われている。

　　　　味醂や砂糖も１８００年代の初め（文化、文政頃）にはかなり消費されるようになり、味付けに幅と奥行きを演出していったのである。享和３年（１８０３年）成立とされる「小堀屋秘伝書」では、高級な蕎麦汁である御膳汁の作り方として、土佐節の出汁と味醂、醤油の分量が載っている。文化文政期（１８０４年～１８３０年）の江戸では、現在の東京風の蕎麦汁が創出され、一般化していたと見られる。

　　　　「返し」は、醤油と砂糖を混ぜ合わせた混合調味料のことであり、醤油を煮返すことから付いた名前と言われている。醤油は、大豆と小麦、麹、塩、水を原料として作られる発酵食品である。日本農林規格（ＪＡＳ）では、醤油を濃い口醤油、淡口醤油、溜り醤油、甘露醤油（再仕込み醤油）、白醤油の５つに分類しているが、蕎麦汁の返しに一般的に用いられるのは濃い口醤油である。醤油の塩分には濃いものから薄いものまで様々な濃度があるので、返しはこれを考慮して作る必要がある。

　　　　返しは、蕎麦つゆのコクを決定付けるものでもある。返しには、「本返し」、「生返し」、「半生返し」の３種類があるが、その違いは醤油を加熱するか否かにある。

　　　　「本返し」は、砂糖（上白糖８０ｇの場合）に味醂（８０ｃｃ）を加え、沸騰させないように加熱してアルコール分を飛ばして（煮切る）から、濃い口醤油（５００ｃｃ）を加え、沸騰させないように熱して作り、容器に入れて冷暗所で７日から１０日程度寝かせて熟成させることによってできあがる。容器の蓋は密封させずに若干開けて置き、返しを空気に触れさせて醤油特有のにおいを逃すようにする。老舗の蕎麦店では、微調整ができないとして、味醂を加えない所もある。

　　　　本醸造の味醂は、蒸したもち米に焼酎と米麹を加えて仕込み、約２ヵ月間糖化・熟成させ、搾って漉して作られる。味醂は、上品な甘さで切れもよく、醤油とまろやかに調和して、味に深みを加える働きがあるので、返しの材料として用いられるのである。加熱しない味醂は酒の味が出過ぎるが、煮切ることでアルコール分が飛び、尖りが取れて円やかな味わいになり、返しの深みを演出するのに役立っていくのである。味醂には、デキストリンという物質が含まれていて、水に溶けて糊のような働きをすることから、蕎麦につゆをからめる役割をも担うこととなる。

返し作りの際に注意すべきことは、醤油を絶対に煮立たせないという点

　　　にある。醤油を沸騰させると、釜の内側に付着した醤油が焦げて、返し

　　　に焦げ臭いにおいが入り、風味が損なわれ、色が悪くなってしまうから

　　　なのである。

　　　　本返しは、マイルドで、蕎麦に勝らないようなつゆであることから、蕎麦としての風味が弱い更科系の白っぽい細打ちの蕎麦に合うと言える。

　　　　「生返し」は、砂糖（１５０ｇ）を熱湯（４０ｃｃ）で煮溶かし、粗熱が取れてから醤油（５００ｃｃ）を加えて１０日から２週間ほど寝かせて作る（醤油に火を入れていないので、本返しよりも長めに寝かせる必要がある）ものである。生返しは、醤油の味がややきついが、すっきりしている汁であることから、藪系の風味のしっかりした蕎麦に合うと言える。

　　　　「半生返し」は、砂糖を溶かす分だけの醤油を入れて砂糖を煮溶かし、そこに残りの生の醤油を加えて作るものである。

　　　　「御前返し（上返し）」は、普通の返しに味醂を増量して混ぜ合わせ、汁のコクを深くしたもので、辛汁に御前返しを少量加えてざる汁を作る。

　　　　このような返し作りの作業は、江戸時代、高価であった醤油を変質させずに、無駄なく使うためと、できあがった返しを寝かせることによって、醤油の塩分のとげとげしさを鎮めて穏やかな口当たりにするとともに、材料同士を馴染ませ、醤油の旨味成分が甘さと共に感じられるような熟成した味を引き出し、蕎麦との相性を高めるという二つの効果を狙った江戸のそば職人達の弛まぬ工夫の賜物と言える。

十分に寝かせていない返しを使ったつゆは、十分寝かせたものと比べ、醤

油の塩味が強く、口当たりがきつい感じになってしまう。十分に寝かせる

と、砂糖の甘みと醤油が馴染み、角の取れたマイルドな口当たりになってい

き、蕎麦の微妙な味と香りを引き出せるような相性の良いものとなってい

くのである。

　　　　返しは、作って５日目くらいから美味しくなり、その後少しずつ甘くなり、２週間以上経つと匂いが違ってくるという変化がある。また、作ってから１週間くらい経つと、空気中に浮遊している乳酸菌が返しに入って活動を始めるようになり、旨味成分であるグルタミン酸が次第に減少していくこととなるので、あまり長く置いてはいけないし、継ぎ足しなどすべきでないと言える。

次回は、「蕎麦汁の進化が江戸の蕎麦を美味しくした

　　　　 ―　その２　出汁と蕎麦汁」　です。