



I めんの多様性

めんあるいはめん類について改めて述べようとする
と、誠に戸惑いを覚える。筆力不足なことはいうまでも
ないが、一口にめんといっても単一食品の名称でなく、
大変沢山の種類と調理法を持つ食品の総称であって、そ
れぞれの種類は立派に独立した食品として、独得の製法
や特徴を持っているからである。同時に同一種類でも、
乾、生、ゆで、蒸しなどに分れているばかりか、調理前
の素材も、めんならば、調理済のものも同様めんと呼ぶ
など実に区別が曖昧だからでもある。

例えばめんの種類を眺めると、小麦粉粒を原料とする
めんには、うどん、そうめん、きしめん、ひやむぎ、焼
きそば（蒸し中華めん）、中華めん、チャンポンからス
パゲティ、マカロニで終るかと思うと即席めんまである。
そば粉やそば粉と小麦粉を配合して原料とした日本そば、
更に広義には米の粉でのビーフン、馬鈴薯でんぶんでの
はるさめ、またゴウザやシューマイの皮類まで含める
ような状態である。イタリアではマカロニ、スパゲティ
の種類が40種類もあったり、調理法は350種類にも及ぶ
ことからみれば、まだよい方かも知れない。

今一つめんの特徴的なことは、一般に食品の液性は酸
性であるのに、めんの中には中華めんのように液性がアル
カリ性のものであることで、大変特異な食品といえるこ
とができよう。

このようなめんも元を探れば外来食品ではあるが、長
い歴史の中で日本人好みに同化し、地域毎に固定して、
それぞれ独自食品として地歩を築いて今日に至ったもの
であるから、その多様性も当然であろう。

それにしても、現在でもわれわれ日本人は、めんとい
えばうどんとそばを代表として挙げるだろう。事実この
両者は地域特性も強く、名物といわれる程極めて長い伝

統の下に愛好されてきている。それだけに、この両者は
種々の逸話などにも富んでいて興味がある。

II めんの由来

紀元前数千年に始まった小麦の食用化が、現在のよう
なめんに形作られるまでには大変な変遷を辿ってきたの
は当然であるが、何れにしても製めんの起源は極めて古
く、われわれが愛好するうどんやそうめんの原形が中国
から渡来したのも大変古い。

1712年寺島良安が著した「和漢三歳図会」に「本綱馮
麩為之、有熱餅索餅湯胡餅酥餅之属皆随形命名也、語林
云有魏文帝与何晏熱湯餅即是索餅也、始於漢魏之間也」
云々と記されているように、中国の魏の文帝が熱湯餅つ
まり索餅を何晏に与えるなど当時すでに麩すなわち麺が
作られていたことや熱餅、索餅、湯胡餅また酥餅の名が
あったことがうかがわれよう。尤も当時の湯餅はすいと
んのような加工法だったといわれるが、日本に入って索
餅は現在の素麺（そうめん）となったようである。

905～927年に撰進された延喜式に禁中での7月7日の
儀式に索餅（素麺）を用いたことが記されている。丁度
糸束をよじたような形の素麺を三方に乗せて供えたよ
うで、平安貴族もめんの味を知っているわけである。今
でも仏教儀式の盂蘭盆会（うらぼんえ）にそうめんを仏
前に供えることが行われているところがあると聞くし、
故人の命日にそうめんやうどんを供える習慣のところも
ある。筆者の子供の頃にもそうだったことを改めて思い
出す。

うどんにしろそうめんにしろ現在は切麺でひどい差異
を感じないが、伊勢貞丈が1763～84年日々雑録した貞丈
雑記には「温飩又は鯧飩というものは、小麦粉にて団子
の如く作るなり。中に餡を入れて煮たるものなり、今の
世に言うは切麩也。古のうどんにあらず」とあったり、
百物叢談にも、温飩は混沌といったが食物だから食扁を

* 全日本製麺特許管理(株)中央研究所

書いて温鈍としたとか、麵切りというのは元禄15年頃までではなくて、それまでは皆かいもちにして食べたなどと書いてもある。その他きしめんについても、一説にはもと和歌山のもので、紀州麵の転化で名古屋名物になったともいうが、「近頃のきりめんは事実を誤っている。基子麵（きしめん）の起りは、温鈍粉を水でねり紙のように延ばして片竹（ころ）で抜いて茹で、清水で洗って素汁をかけたのを後堀河帝に献じたのが始まりである。形が基石のようなので基子麵と名付けて賞味した」（蕎麦志）などの記述の方が正しいようである。きしめんに似た薄く平らに切ったうどん、ひもかわというのがあるが、これについても「いもかわ」という処もあるからか旧東海道筋の三河の芋川の名物として作り始めたからであるという説もあるが、これも紀州麵の類の説であろう。唐菓子の一種の饅頭（ほうとう）からきしめんやひもかわは出発しているようである。尤もその饅頭自体も現在は山梨県の特産料理のようになっているが、味噌仕立の生めんから直接煮込んだうどん、本来の姿から大変変ってしまっている。このような変遷はひやむぎにもいえる。線切りしたうどんは切麦と呼び、熱いのを熱麦（あつむぎ）冷やしたのを冷麦（ひやむぎ）といていたのが現在では切刃の番手で名称が違うようになってしまっているなど際限がないが、当時から本来の名称と現品が混乱してしまっている。日本人のめんに対する応用力の強さの一面を示しているようで面白い。

何れにしても麵の原形は中国から伝えられたもので、飛鳥時代から奈良時代と考えられている。実に千数百年の歴史を持つ伝統食品であるが、日本人の食生活習慣の中で適合したものに同化され、日本食の確立に伴って今日のようなめん形状と調理法のパターンが完成したといえよう。

そばについてはどうであろうか。天正天皇の養老6年7月（722年）今年夏雨が降らず稲苗の生長が悪いからと国司に命じて百姓に蕎麦や大小麦を植えさせ、蔵を造って荒年に備えさせたという「続日本紀」の記録や仁明天皇が承和6年（839年）に幾内に蕎麦を植えるよう命じたなどの記録もある。滋賀県の伊吹山下から栽培が始まって木曾路（岐阜、長野）、山梨の山国に発達して更に埼玉、千葉、茨城の一部から両毛（群馬、栃木）、東北の山地へ伸び北海道へ渡ったというが、何れにしてもその昔の食べかたはかいもちやそばかきにして食べたようである。

今日のようなそばは江戸時代初期の17世紀以降にできたという。うどんのように線切にしたくても、切れてしまふので難かしかつたのであろう。寛永年間（1624～44

年）に東大寺へ来た朝鮮の僧元珍が、つなぎに小麦粉の応用を教えてから急速に発達普及したというが、「寛文4年（1664年）けんどんそば切という物できて、下々買い喰う。貴人には喰う者なし」（昔々物語）などの記述もみられる。けんどんそばは、そば粉8割、小麦粉2割の世にいう二八そば（価が16文だったからという記述も多いが）で、守貞漫稿（1837年）には「従来二八、後に二十四文の物を商うを駄蕎麦という。駄は惚て粗をいうの俗語である。……真の手打蕎麦屋には二八の駄蕎麦は売らず」などと手厳しいが、現在公正取引委員会の公正競争規約でそば粉3割以上使用をそばという規定からみれば大変な違いである。

III 伝統的な乾めん産地と製品

古くから各地で作られたうどん、そうめんやそばではあるが、原料の小麦やそばの良品が生産され、製粉用水車の動力の水利がよく、あるいは乾燥に適した気候にも恵まれたためであろうか、乾めんには現在でも伝統的に名産地として知られるいくつかがある。

先ずそうめんでは奈良県桜井市の三輪そうめんが、最古の伝統を誇り、三輪の誉などの製品がある。大三輪神社の12代大神主の次男の穀主が三輪の里の地味を調べて小麦栽培を村民にすすめ、そうめんを製造したのが始まりといわれる。また小豆島（池田町一帯）のそうめんは慶長3年（1598年）島人某が伊勢参宮の帰途、三輪で製法伝授を受けて帰り、始めたものといわれ、島の光は讃岐小麦を原料としてきた。そしてこの小豆島から旅僧が製法を伝えたのが佐賀県の神崎そうめんといって有名である。兵庫県竜野市を中心に産する播州そうめんも大変伝統が古い。豊臣秀吉が姫路城に入った時播州名物として接待を受けたという程で、揖保の糸などという製品がある。その他にも松の雪に代表される岡山そうめんが、浅口郡や笠岡市などを産地として知られ、剣の糸を代表とする半田町の徳島そうめん、長崎県西在家町を中心にした産地の島原の糸は切口の不揃いが特徴でもある。

うどんは讃岐うどんが余りに有名であるが、手打にしてすぐ食べさせるタイプである。乾めんでは宮城県白石市や蔵王町の白石温麵が文字通り煮込みや鍋焼きに好適といわれ、福島県須賀川市で作る須賀川乾めんは卵や茶あるいは、しそ入り等があって昔から名高い。その他群馬県前橋市や館林市、埼玉県北部、佐賀県佐賀市や神埼郡なども名が通っている。名古屋のきしめんは改めていうまでもない程有名であるが乾めんでは少ない。

また乾そばでは有名な一つは信州そばで、今一つは出雲そばであって、説明不要の伝統的名物である。

IV 古書にみるそばの製法や調理法

伝統的なめんとその調理法となると、どうしてもそうめん、うどん（ひやむぎ、きしめんなども含む）およびそばとなってしまふ。この中で素材のめんの香味に最も差異がでやすく、調味液にも左右されるのはそばだろうと思う。そのそばはどのような製法や調理法であったのか古書の記述で眺めてみるのも参考になろう。

元禄時代（1697年）平野必大の書いた本朝食鑑によると「そばは杵で殻をとり、これを磨碎して篩い、非常に細かい麵粉にする。これを熱湯か水でねり、平たい団餅子を作って冷やして堅くねってから、拗棒で頻りにねじる。麵粉をまいて粘着しないようにしながら極めて薄くなったら広げる。次いでこれを3, 4重ねに畳んで、端から細く切り細い筋条を作り、沸騰水に投じて煮る。随意の硬さに煮て、取出したら冷水か温湯で洗う。これがそば切で水で漉して汁を用いて食べる」とある。また古事乃糸府志には「そば屋では、つなぎに鶏卵を使い、精進の時は長芋、自然薯、仏掌薯などを入れるが仏掌薯はそばを固くする嫌いがある。又鶏卵を入れるのは、ぜい沢のように見えてその実はこれを入れると、非常に増えるのでそば屋などでは徳用なのである。又そばの味には茹で加減と打ち加減と尚一つは汁が大事である。茹で加減は殊に難しいもので、火の廻りを平にして釜から揚る時などが大切である。商売人が茹でると生茹ではあるが、決して素人のように茹で過ぎはないのである」などとあって、昔から手打の方法は同じであるし、卵切りやいも切りが行われ、ゆで加減と汁がうまくないといけないことがうかがわれる。

汁についても本朝食鑑には「そば汁は味噌を用い、水を入れて汁1拵に酒5合と乾鰹の細片を40~50錢入れて半時ばかり煮る。慢火は宜しくなく、緩火がよい。こうして煎じたら塩溜醤油を調和させて、再び温める必要がある。別に蘿蔔（だいこん）汁、花鰹、山葵、橘、香椒、紫苔、焼味噌、梅干等をそば切及び汁に和して食べる。蘿蔔汁は辛辣なのがよい」などと甘味に乏しい時代であるから仕方ないだろうが、現代風とはやや趣を異にしている。これが明治時代に入ると貴重な砂糖を使用して、ほとんど現代に近い調味汁になってきている。

例えば救民名物誌には「そばの汁は水を9升、鰹節200匁、3割減に煮詰めて、味淋2升、精糖90匁、醤油9升を煮て、取置ききの6升3合の出し汁へ2升を加えてさっと煮る。また一説には、水は5升がいいので鰹節は150匁で煮詰める。醤油は1升、砂糖は80~90匁、味淋4合と一緒に煮詰めて、取り置ききの出し汁を混ぜてさっと煮て用ゆ」とある。

折角のそば本体がうまくできて、汁の味加減やその材料の吟味が悪ければ駄目なことは、そばに限らずすべての食品の調理に共通することであろうが、「東北地方には手打そばが多くて生そばだから旨いには違いないがシタジが悪くて閉口する」（食道楽）とか「惜しいことに田舎では汁が悪い。素材や加減が今の人々の口にぴったり合わないからである。安そばは鰹節が悪かったり、味噌を用いなかったりする」（救民名物誌）また「汁の味は、食べる人の好みがまちまちだから、甘辛何れでも一方に片寄っては世間受けしない。私はもう少し甘くか辛くという希望の中程をとるようにしている。そばの旨いのは麻布の更科で、汁は池の端の蓮玉であるから互のそばと汁を用いたら誠によろしい」（料理談）などというように大変手厳しい。調味料が豊富になり、微妙な味の調整ができやすい今日でも、これは旨いという店に仲々出会わないのは残念である。

献立の種類もすでに江戸時代から、盛りだけでなく、掛け、天ぶら、花まき、しっぽく、あられ、なんばんなど畜肉入りを除いてほとんど現在同様の豊富さであったようである。

江戸のそば屋、京阪のうどん屋と現在も呼称が変らぬ程、そばは何故江戸人に好まれたかよく判らないが、これも気質や文化の伝統ということなのであろう。

V 現今のめん生産

実に長い歴史と伝統の中で育てられ、昔とは比較にならない程多く食べられるようになってきためんも、原料の都合や製法の変化あるいは食生活や嗜好の変動につれて、益々多様化し同時にそれぞれの品目の生産量の移り変わりも大きくなってきている。以前はうどん、そばと一口にいわれたように、マカロニ、スパゲティ類や中華めん類はほとんどめん生産量に影響を及ぼさない程度であったし、使用原料も大部分国内産小麦で間に合わされる状態であった。製品も乾めんに代表されていて、その製法も機械製めん法とはいえ、極めて小規模、低能率な方法でまかなわれていた。それが昭和30年代から、めん全体でも個々の品目でも急激な動きを示し始めて、現在では様相一変の観さえみえるようになってしまった。

めん製造に不可欠の原料小麦は、ほとんど、アメリカやオーストラリア、カナダなどからの輸入品でまかなうようになり、国内産小麦はわずかな提供に過ぎない。玄そばも70%程度を輸入に仰いでいるという。

1. めんの生産量

小規模多企業群立の典型のような製めんの実際生産量の把握は大変難しいが、食糧庁加工食品課の調査統計からめん品の品目別に整理してみると、その昔代表製品とし

て君臨した乾めんは、昭和41年の小麦粉換算約37万tをピークにして漸次低下し、昭和50年では約29万tで30万tの大台を割ってしまった。これに代って10数年以上王座を占めるのは生、ゆでめんである。昭和48年小麦粉換算量で約57万tであったものが、オイルショックで減少したものの昭和50年は約53万t強と復元しつつあり、流通量調査では約59万tで上昇気味でもある。またマカロニ、スパゲティは合計して約10万t弱で、この10年間にほぼ倍増したとはいえ意外に食べられていない。しかもその増加分の大部分はスパゲティで、日本人の食生活の様態をよく反映している。そして戦後派の即席めんは、小麦粉換算約33万tで、この10年間に約14万tも増加して立派に食品としての地歩を築いた。何れにしろめんの中での盛衰はかなり激しいが、更に最多生産量の生、ゆでめんについて種別構成の実態を業界調査でみると、うどん約42%、中華めん50%弱、そば約8.5%となっている。その昔微々たる存在に過ぎなかった中華めんが、これ程成長するとは思わなかったのではないだろうか。

既述の数量を合わせると、めん全体での原料小麦粉数量はざっと124万tを越える。この量は小麦粉流通量の36.4%にもなり、無視できぬ比率である。

ちなみにこの数量から単純にめん1食分に使用される平均小麦粉量を100gとすれば124億食をこえる数となる。そして国民総平均では1人年間約120食程度を食べていることになる。

2. めんの製法と品質

消費者の郷愁をそそる手打に迎合するわけではないが現在でも純然たる手打めんがあり、製法の一部を機械化した手打風と称するものもある。しかしそのほとんどは混捏工程から最終工程まで機械使用による機械製めんである。明治10年代に考案されたこの機械製めん法は、漸次普及し、殊に昭和30年代以降製めん機の大型化や能力向上、省力化が急速に進んで、めんの需要量拡大に対応するよう計られてきた。

次いで前述の生産量盛衰でも判るように、乾めんから

生、ゆでめんへの志向、即席めんの人気増大が展開されるにつれて、連続ゆで、蒸し機の開発や包装機との連動化が進められて自動化、省力化も飛躍的に進展して今日に至っている。

裸商品から包装商品へ、調理手数を要するものからプレック製品へ、あるいは廉価であることや日持ち保証などのニーズや要求を充たすためには経なければならぬ過程で、めんも例外ではない。

ところでこのように生産性向上や原価のてい減化を第一に考えるような製法には、応々にして品質への配慮が脇におかれる危険性が伴うものである。例えばめんが時々確かりした線状に保形され、特有のテクスチャーをもつのに先ず最も大切なことは、小麦粉のグルテンの性質を利用して十分にその網状結合を組み合わせることである。その骨格が弱ければ切れや肌荒れが起り、歯答も劣ることになる。いわゆる手打製法では、加水量をやや多くしてゆっくりねり、熟成時間を十分取ってネットワークの増進を促がした上で、じっくり圧延している。つまり組織作りの時間的余裕を与えているのである。これが能率主義製法では不十分であったり、与えないばかりか、応々にして糊料などで代用してしまう場合もでてくる。

最近これら品質に対する見直しや反省が強いことは喜ばしいことである。

おわりに

イタリアのスパゲティの種類と調理法の種類の数には負けるかも知れないが、日本のめんも大変バラエティに富んでいる。これもめんの淡白な風味と独特なテクスチャーと形状なればこそであろう。盛り、掛け、焼きあるいは熱冷の何れでもよく、簡便で自由な味つけを楽しめるだけでなく、動植物何れの具にも調和する。また小麦粉、そば粉の製品でありながら米飯ともよく適合する。

このような素材は他にないと思う。単に伝統食品であるという視点で眺めず、すぐれた素材として改めてめんを見直すべきではないかと思う。