

くつきんぐるうむ

## 『斉民要術』の料理構造

南 廣子\*  
(Hiroko Minami)

## はじめに

『斉民要術』は530～550年の間に書かれたと推定される農家備要の書である。内容は農業技術・加工技術において、その置かれた環境、風土、社会的条件下できわめて合理的、科学的な体系でもって記述されている。『斉民要術』は東アジア乾燥地畑作地域における食文化の原型を記した現存する最古の料理書であり、実用科学的価値の高い書と評価されている<sup>1,5)</sup>。

全10巻のうち第1～6巻は農法論、生産篇、第7・8・9巻は加工・調理篇、第10巻は文献に引用された食品材料の解説である。

『斉民要術』(以下『要術』と略記する)の調理・加工に使用される食品群の種類は多岐にわたり、獣鳥肉、家禽類、魚介類、果実類、穀類、種実類、豆類、卵類、油脂類、蔬菜・野菜類、きのこ類、藻類と醸成調味料・香辛料などが用いられている。

これらの食品が調理・加工される中でも最多出現の食品群は、獣鳥肉(家禽類・野味類を含む)類の調理品であるといわれている。そこで、獣鳥肉類の料理例数の多い羹・臠(あつもの)、炙(あぶりもの)の料理構造の解析を行った。

## 『斉民要術』中の肉類の調理法

『要術』に出現する肉類の加熱調理法は次の6つに分類される。

1. 壺(あえもの)生もの
2. 菹(すにく・みずたき)白煮
3. 羹・臠(あつもの)汁煮, 雑炊, 吸もの

4. 臠(すしだき)・臠(しるだき)・煎(しるいため)・消(こなしいため)汁煮込みと汁炒
5. 蒸・魚(むしもの・むしやき)蒸しと蒸し焼
6. 炙(あぶりもの)焼・つけ焼き・素揚げなどである。

この中で3の羹・臠は巻8, 第76章に29例, 6の炙は巻9, 第80章に22例の料理が記載されている。

## 料理名の構造分析

## 羹・臠と炙について

料理名の中には、食品名、調理法・その他の用語(形状を含む)と文字数などの料理名を構成する要素が内在しているので、以下の項目に従って、解析を試みた。

## 1. 文字数

料理名の文字数は2～6文字で構成され、羹・臠(表1)は2文字が34%に比べて、炙の2文字は62%と高い割合を示し、4文字が27%であった(表2)。

『要術』の羹・臠と炙の場合、料理名の文字数に限ってみると、平均文字数は2.67と少なかった。

羹・臠の場合は、30例中の21例は料理名の末尾に羹または臠の文字(調理法)がみえていた。炙は料理名の第1文字に調理法が表記され、食品名が後に配置されるのが5例、末尾に炙のつくのが15例、その他となっている。

このように料理名は当初、食品の名前と調理法のみで表記されていたことがよく理解できる。調査で中国を訪れたとき、家庭料理の場合でも食品名と調理法だけの単純明快な料理名を示されることが多いことと符号する。

各時代の料理書における料理名の平均文字数の比較

\* 名古屋女子大学

『斉民要術』の料理構造

表1. 齊民要術の羹・臠・炙の料理名

羹・臠		
芋子酸臠	鸡羹	笋筍魚羹
鴨臠	笋筍鴨羹	鱧魚臠
鯨臠	肺臠	鯉魚臠
猪蹄酸羹	羊盘湯雌斛	脰
羊蹄臠	羊節解	鱧魚湯
兔臠	羌煮	鮪臠
酸羹	食脰魚菹羹	槩淡
胡羹	菹羹	損腎
胡麻羹	醋菹鵝鴨羹	爛熟
瓠菜羹	菹菌魚羹	瓠羹

炙

炙狨	膊炙狨	啗炙
捧炙	搗炙	餅炙
臠炙	銜炙	范炙
肝炙	餅炙	炙蚶
牛肱炙	醢炙白魚	炙蠣
灌腸	臠炙	炙車螯
跳丸炙	猪肉鮓	炙魚
搗炙筒炙, 黄炙		

表2. 献立名中の文字数

	羹			炙		
	出現数	文字数	割合(%)	出現数	文字数	割合(%)
2文字	15	30	34.1	16	32	62.7
3文字	6	18	20.5	5	15	29.4
4文字	6	24	27.3	1	4	7.8
5文字	2	10	11.4	—	—	—
6文字	1	6	6.8	—	—	—
合計	30	88	100.0	22	51	100.0
平均		2.93			2.32	

両平均=2.67

では、文献の料理名は時代が下るに従って、その文字数は多くなっていく傾向にあった。現代の『中国菜譜』では沿海部の広東省が4.63文字と最多であったことは、食文化の進展と考えるとよいのではないと思われる。

2. 料理名の構成要素

料理名の構成要素は食品名・調理法・その他の用語

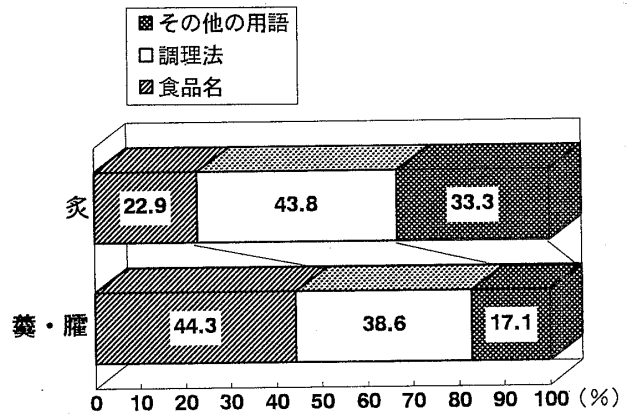


図1. 献立名の構成要素

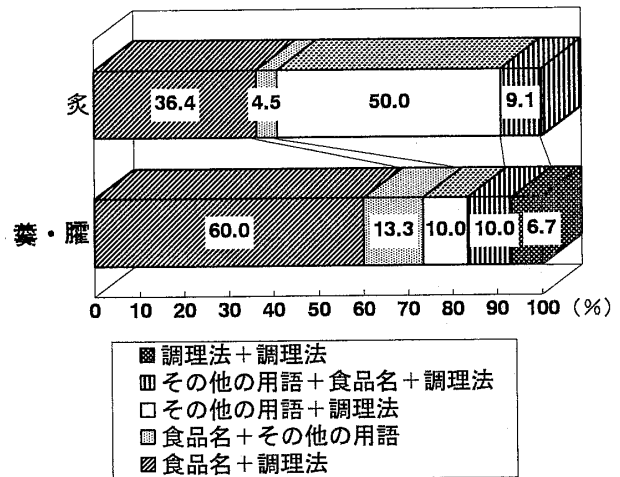


図2. 献立名の構成要素の組合せ

(形状を含む)である。その構成割合を図1に示した。主要な要素は食品名と調理法で80%を占めているが、羹・臠では食品名が44.3%、調理法38.6%、その他の用語17.1%、炙では食品名22.9%、調理法43.8%、その他の用語33.3%とその占める割合に違いがみられる。

3. 料理名の構成要素の組合せ

料理名の構成要素の組合せについて図2にまとめた。最多の組合せは、①食品名+調理法、次いで②その他の用語+調理法、③食品名+その他の用語、④その他の用語+食品名+調理法の順であった。

羹では①の食品名+調理法が60.0%があったのに対し、炙では36.4%と少ないが②のその他の用語+調理法の組合せが50.0%と多いのが炙の特徴かと思われる。

食品名の出現数は羹では動物性食品が21例、植物性食品10例であった。炙では動物性食品のみ11例であ

った。

調理法は羹・臠の場合、7種類(27例)が記載されていた。炙の場合は、1例を除いた21例に炙(95.5%)の文字がみえた。形状・その他の用語についても具体的でわかりやすく、料理名からその調理内容や特徴を示し、ここに、中国料理名の原点がみられる思いであ

表3. 羹・臠と炙の主材料の比較

	羹		炙	
	出現数	割合(%)	出現数	割合(%)
羊肉	18	42.8	10	18.9
豚	6	14.2	10	18.9
鴨	5	11.9	6	11.3
鹿	1	2.4	3	5.7
鵝	1	2.4	5	9.4
牛	1	2.4	5	9.4
兔	1	2.4	—	—
鼈	1	2.4	—	—
鶏	1	2.4	—	—
獐	—	—	3	5.7
魚	3	7.1	5	9.4
鱧魚	2	4.8	—	—
鯉魚	1	2.4	—	—
鮑	1	2.4	—	—
蚶	—	—	1	1.9
蛎	—	—	1	1.9
車螯	—	—	1	1.9
鷄子	—	—	1	1.9
鴨子	—	—	1	1.9
飯	—	—	1	1.9
合計	42	100.0	53	100.0

まとめ

	羹		炙	
	出現数	割合(%)	出現数	割合(%)
肉類	35	17.9	44	29.9
魚類	7	3.6	8	5.4
副材料	10	5.1	—	—
澱粉類(ルー)	20	10.3	1	0.7
薬味・香辛料	70	35.9	59	40.1
調味料	53	27.2	35	23.8
合計	195	100.0	147	100.0

る。

料理名の構造の基本要素は変わらないが、先にも述べた食文化の発展との関連や、晴れの食事と日常食によって、その他の用語の出現割合が増減する。文字の国だけあって料理名のつけ方は、各要素の組み合わせを単純から重層構造にすることが可能で、単純明快な名前から抽象的なものまで多様化することを示唆している。

表4. 副材料

	出現数	出現割合(%)
瓠(葉)	3	30.0
笋筍	2	20.0
蕪	2	20.0
槩	1	10.0
菰菌	1	10.0
醋菹	1	10.0
合計	10	100.0

表5. 薬味・香辛料

	羹		炙	
	出現数	割合(%)	出現数	割合(%)
葱	17	24.3	12	20.3
生姜	15	21.4	13	22.0
橘皮	11	15.7	12	20.3
小蒜	6	8.6	3	5.1
胡芹	5	7.1	3	5.1
椒	5	7.1	5	8.5
木蘭	3	4.3	—	—
棗	2	2.9	1	1.7
蘇	1	1.4	—	—
安石榴	1	1.4	—	—
胡荽	1	1.4	—	—
飴	1	1.4	—	—
芥	1	1.4	—	—
茱	1	1.4	—	—
瓜蒞	—	—	6	10.2
笋蒞	—	—	1	1.7
茅	—	—	1	1.7
香菜	—	—	1	1.7
檣	—	—	1	1.7
合計	70	100.0	59	100.0

## 『齊民要術』の料理構造

## 4. 『齊民要術』の羹・炙の食品材料

## 1) 主材料

“羹”の場合、主材料は羊肉（43%）、豚肉（14%）、鴨（12%）、など13種類、魚類は全体で（16.7%）であった（表3）。

“炙”での主な食品名は羊肉（19%）、豚肉（19%）、鴨（11%）、鹿・鶯鳥、牛、のろなどの14種類で、また貝類の利用もあり、多彩な食品類であるといえよう。

## 2) 副材料

副材料としては、羹のみでまとめた（表4）。ここでは、瓠（つまり瓜類の葉や瓜の実）、塩漬け筍、じゅんさい、まこもだけ、きくらげなどがあつた。

羹には日本料理のくず汁の様な、トロリとした食感があり、『要術』では、特にトロミを出すのに米・麵・米の研ぎ汁、あじめしなど、穀類の利用に特徴があると思われる。しかし、現在の羹からみると穀類の混入は粥に相当するものと考えられるが、羹と粥の区分がいつどこで、どのように分化してきたのか不明である。

## 3) 薬味・香辛料について

薬味・香辛料については、表5にまとめた。葱・生

姜の出現数は多い。現代の『中国菜譜』の食品材料中の薬味・香辛料をみても葱・生姜の出現率は最も高いものである。当時から葱・生姜の利用は定着していたのかも知れない。とくに、葱は山東省の特産でもある。

次いで『要術』には、橘皮（陳皮）、小ニンニク、山椒、蘇、瓜漬けなど羹と炙に共通する薬味・香辛料である。一方、羹だけに木蓮、安石榴（ザクロ）、胡葵、なつめ、あじめしがあり、炙（あぶりもの）の場合は、瓜漬け、塩け筍、ちがや、香菜などがある。羊肉の出現率が高いのにも係わらず、胡葵、香菜などの用い方が少ないように思われた。（アフガニスタン料理で、羊肉の匂い消しにコリアンダーが必ず用いられていたことと比べて少ない）。

## 4) 調味料について

調味料は表6に示した通りである。基本調味料は塩・豉である。塩・豉での味つけは、羹70.7%、炙48.6%であった。また、醋・酢、大豆酢、漬物などによって、酸味のある味に仕上げているものは、羹で15.7%、炙で20%であった。酸味嗜好は今日でも受け継がれていると思われる。

豉は大豆の重要な加工品で保存が効き、消化がよく、現代にも継承されている醸成調味食品である。

その他、魚醬汁（魚醬）、豆醬清（たまりしょうゆ）などがあつた。

油脂類ではゴマの油、ラードを利用しとくに炙の場合、こんがり炙りあげ、つや出し・色だしに活用されている様子が明記されていた。

## 5) 澱粉類について

『要術』の羹では、表7に示すように5種類の材料がみえていた。米が最も多く、次いで、米のとぎ汁、糝（あじめし）、麵、里芋などである。

米のとぎ汁は動物性食品の渋みをとる役割をここでも述べており、濃度づけだけでなく、その効用についても熟知していたことがわかる。

現在の調理の羹は、多くの場合、材料からのトロミだけでなく、最終的に澱粉類で汁の2~4%のとろみを

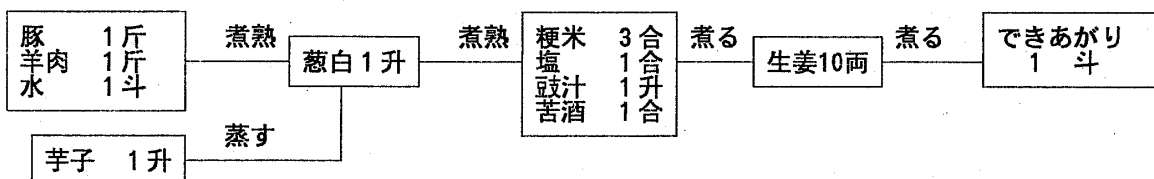
表6. 調味料

	羹		炙	
	出現数	割合(%)	出現数	割合(%)
豉汁	13	24.5	5	14.3
盐豉汁	—	—	3	8.6
豉	3	5.7	2	5.7
盐	11	20.8	7	20.0
盐豉	8	15.1	—	—
酒	6	11.3	—	—
白酒	1	1.9	—	—
清酒	—	—	1	2.9
苦酒	5	9.4	1	2.9
醋	3	5.7	5	14.3
大豆酢	—	—	1	2.9
豆醬清	1	1.9	—	—
魚醬汁	—	—	6	17.1
蜜	1	1.9	1	2.9
油	1	1.9	—	—
麻油	—	—	1	2.9
膏油	—	—	1	2.9
猪膏	—	—	1	2.9
合計	53	100.0	35	100.0

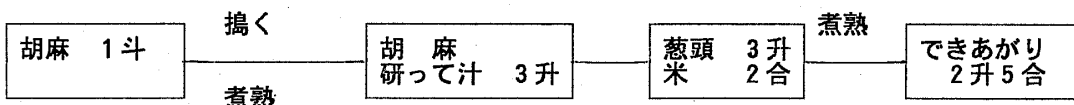
表7. 澱粉類（ルー）

	出現数	出現割合(%)
芋子	2	10.0
研汁	4	20.0
米	10	50.0
麵	2	10.0
糝	2	10.0
合計	20	100.0

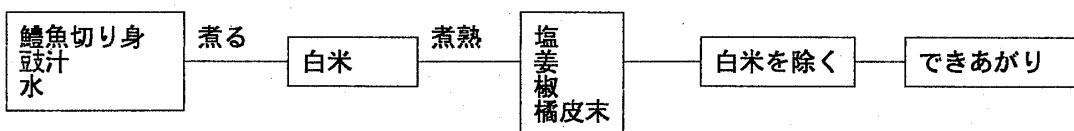
1. 芋子酸臠 (いもすあつもの)



9. 胡麻羹 (ごまのあつもの)



25. 鱧魚湯肉 (らいぎよのにくしる)



13. 肺 臠

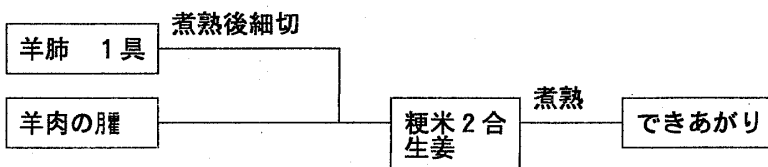


図3. 齊民要術の羹・臠

つけている。

現在、米や麺などが混入した汁ものは、粥の項目の中に入れていますが、しかし、『要術』では、羹・臠の範疇であるが、今の分類では、湯菜（スープ料理）の中に位置づけている。羹・臠の位置づけて粥（日本でいう雑炊）との関係は料理の発展の中でどのように統合整理されてきたのかははっきりしていない。

5. 主菜としての肉料理の羹・臠

羹の多様性には見るものがある。出現する羹・臠について4つに分類した（図3）。

芋子酸臠の場合は材料の豊富さ、調味料の比率の適合性、できあがり濃度の割合、穀類の役割とその利用形態が正確に表示されている。

胡麻羹は材料が単純で調味料を加えない例であるが、煮詰め具合を明示している。

鱧魚湯肉の場合は魚類を用い、濃度を出すための白米を最終的には除去している例である。

肺臠は羊肉の羹を別に仕立てておき、そこへ羊肺を

加え、やはり汁の濃度は梗米を利用している。

以上のような特徴がみられ、各利用食品の性質を熟知した上で利用され、適切な調理品を作成している点は現代の調理科学上からみてもすばらしいレシピを形成していたと思われる。

6. 炙について

炙は22例掲載されていたが、現代の焼きものの分類をあてはめると、多くは直火焼きで、次に間接焼きがみえていた。その他に2例はレシピをみると油で揚げる操作が記載されていた。当時は鉄鍋が普及していたとはおもわれないが、豪農階級においては利用されていたのかもしれない。

炙についての内容を見ると、肉の部位によっては脂肪が不足しているため網油に包み串焼きにする。また、火加減は強火や弱火の調節をするような指示。焼きあがり状態は肉の一面が色づいたところ、すなわち、タンパク質の熱変性を色で表現し、また、色よく焼き上げるためラードや蜜をつけるなど、その処理の仕方を

## 『斉民要術』の料理構造

明示している。つけ焼きの場合は、調味液に長時間つけると肉が固くなるので注意をしている。食べる場合も熱いうちに供するように明記されている。

## 7. まとめ

羹は肉を始めとする主材料に、副材料、薬味・香辛料、澱粉類・調味料を加え煮る。少しとろみのある状態になればでき上がりである。また、臠これも羹であり、『斉民要術』の中での区分をするならば、臠は動物性の材料が主で、羹のように種類多くの材料が使用しないものが臠であった。

現在の湯菜の範疇に羹・臠（あつもの）が組み込まれている。このスープ料理の中で示されている羹では穀類の混入割合が仕上がりの3~8%となっていた。現在の羹の澱粉の濃度は2~4%でほぼ近い濃度を示していた。また、煮詰め具合や切り方などについても明示されており、分量表示は調理を再現する主要なポイントである。

炙（あぶりもの）の場合は、魚すり身や肉類のミンチ、羊の脇腹の油脂で肉を巻くなど手の込んだ調理法、炙法の火加減、肉類の加熱程度について指示されており、タンパク質の熱凝固性や焼き色をよくするための油・蜜の塗装を施すことがらを的確に記述されており、調理科学性を随所にみることができた。

この研究は1997年10月9日味の素食のシンポジウム「斉民要術」の世界と現代食文化—古代中国にみる「食」の源流—のときに発表したものをまとめたものである。

## 文献

- 1) 熊代幸雄, 西山武一: 校訂訳注斉民要術, アジア経済出版会, 1969.
- 2) 石声漢今訳: 斉民要術(中国烹飪古籍叢刊), 中国商業出版社, 1984.
- 3) 中村喬: 羹について, 立命館大学 530, 1993. 5, p. 113~137.
- 4) 中村喬: 宋代の料理「焼」の属, 立命館大学 545, 1993. 6, p. 20~51.
- 5) 小島麗逸: 『斉民要術』の今日的意義, VESTA 90'. 2. No. 2, p. 16~21.
- 6) 鶴田文三郎: 『斉民要術』記載の乳製品を拝す, VESTA 90'. 4. No. 3, p. 22~28.
- 7) 西澤治彦: 『斉民要術』にみる調理法と料理, VESTA 90'. 10. No. 5, p. 10~18.
- 8) 佐藤達全: 卷十の食物と「本草」, VESTA 91'. 1. No. 6, p. 26~33.
- 9) 太田泰弘: 『斉民要術』にみる穀類, VESTA 91'. 4. No. 7, p. 38~45.
- 10) 田中静一: 『斉民要術』雑考, VESTA 92'. 1. No. 10, p. 16~19.
- 11) 小島麗逸, 田中静一: その時代と日本での研究, 食の科学, 1992. 8., p. 52~60.
- 12) 石毛直道: 鮓と干し肉, 食の科学 1993, p. 64~68.
- 13) 田中静一: 豆豉とあえもの, 食の科学 1993, p. 82~92.
- 14) 太田泰弘: 調理法 I, 食の科学 1993, p. 82~92.
- 15) 太田泰弘: 調理法 II, 食の科学 1993, p. 68~77.
- 16) 西澤治彦: 穀物の調理法 I, 食の科学 1993, p. 65~69.
- 17) 西澤治彦: 穀物の調理法 II, 食の科学 1993, p. 54~61.
- 18) 佐藤達全: 国外の物産 I, 食の科学 1993, p. 65~69.
- 19) 田中静一, 小島麗逸, 太田泰弘, 編訳: 斉民要術, 雄山閣出版, 1997. 10.

- 1) 熊代幸雄, 西山武一: 校訂訳注斉民要術, アジア経済