

豆腐の誕生と普及

吉田宗弘

豆腐はしばしばチーズと対比される。すなわち、豆腐の原料である豆乳は成分や物性がミルクに似ており、豆乳に含まれる主要なたんぱく質である大豆グロブリンをにがりによって沈殿させることは、ミルク¹の主要なたんぱく質であるカゼインをレンネットを用いて沈殿させることに類似している。しかし、チーズは液体の食品であるミルクを固形化し、加塩・醗酵というプロセスを経て長期保存を可能にしたものであり、これを製造することには合理性がある。これに対して、もともと固体である大豆を液体の食品である豆乳に変換した目的は何だったのだろうか。保存が目的であれば、固体のまま塩漬けにすることで十分である。実際、保存目的で塩漬けにした大豆からは、醗酵食品である味噌や醤油が生まれている。さらに、固体の食材を液体にすれば、容積が増えて運搬にも難渋することになる。

本稿は、豆腐の歴史と普及を主題とするが、豆腐のもとになった大豆や豆乳に関しても著者の私見を交えて述べてみたい。

1. 大豆

(1) 栽培植物としての大豆の誕生

大豆 *Glycine max* のもとになった植物は日本にも自生するツルマメ *Glycine soja* (図1)



図1 大豆の原種であるツルマメ

Wikipedia「ツルマメ」に掲載されている図を2021年10月29日にダウンロードした。

である。栽培化が行われた時期と場所については諸説あって結論は出ていない。杉山は、ツルマメから栽培大豆が誕生し、いくつかの品種が最初に出現したのは、図2においてIで示される中国南部の照葉樹林帯であり、その後、栽培地が北上するにつれて、IIで示される黄河流域やIIIで示される満洲地域において、さらに多様な品種が出現したとしている¹⁾。一方、中国の研究者は、逆に満洲付近での栽培が先行し、次第に南下したとしている²⁾。大豆栽培の開始がいつなのかを特定することも難しいが、前漢末期の紀元前1世紀後半に刊行された『汜勝之書』には、現在の山西省付近で大豆の栽培が行われていたことが記されていることから³⁾、少なくとも2000年前には大豆は栽培されていたといえる。

栽培下では大きな種子のものが意図的に選択されるので種子は大型化する。つまり大型化は栽培していることの状況証拠といえる。近年、日本において6000から4000年前の縄文時代に大豆種子の大型化が進行したことが証明されている⁴⁾。

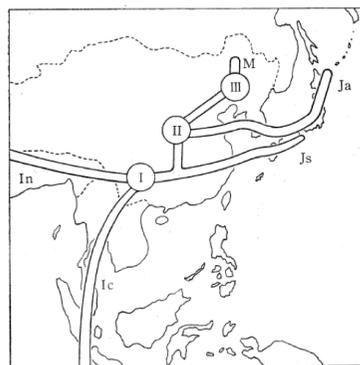


図2 栽培大豆の誕生と発展・伝播

日本醸造協会誌 87 巻 12 号 898 ページ 図 10 を許可を得て転載した。

I、栽培大豆の誕生地；IIとIII、多様な品種が誕生した地；In、インド・ネパール系品種群；Ic、インドシナ系品種群；Ja、日本秋大豆系品種群；Js、日本夏大豆系品種群

¹ 本稿では牛乳、山羊乳、馬乳などの総称としてミルクという用語を用いる。

以上の互いに矛盾した説や考古学的な知見を総合すると、大豆の栽培は 6000～2500 年前に日本を含む東アジア各地で同時多発的に始まったとするのが無難な結論であろう。

(2) 豆の食べ方の東西差

豆の食べ方には明らかに東西差がある。欧州やアラブ・北アフリカ地域では豆を粒のまま肉などとともに煮込んで食べているのに対して、アジア、とくに東アジアでは大豆を様々な加工してから食べている。大豆の中で粒のまま食べるものの大半は、未成熟の枝豆である。東アジアにおける大豆の食べ方が他地域の豆と異なることについて、それを指摘する論考は存在するが⁵⁾、理由を述べた事例はほとんど見当たらない。

そのような中、大豆をそのまま煮て食べない理由として、①煮ると大豆特有の匂いが強調される、および普通に煮ただけでは、②消化吸収率が改善されない、③腸内にガスを発生させる成分や、④身体に悪影響を与える成分が分解されない、ということをおける研究者がいる⁶⁾。①はいわゆる大豆臭と呼ばれるもので、大豆に含まれる必須脂肪酸のリノール酸が分解して発生する青葉アルコールおよび青葉アルデヒドに由来するものである。多くの日本人はあまり気にしないが、西洋人にとっては悪臭であり、豆腐がなかなか普及しなかった理由のひとつとされる。②と④はおそらく関連性がある。大豆をはじめとする豆類には、ヒトの消化酵素であるトリプシンの作用を抑制する成分（トリプシンインヒビター）や消化管出血を起こす成分（レクチン）が含まれている。トリプシンインヒビターもレクチンもたんぱく質であり、加熱するとその作用は消失する。ただし、加熱が不十分であると残存している。トリプシンはたんぱく質を分解する酵素なので、加熱が不十分な大豆を食べれば、トリプシンインヒビターのために消化不良を起こすことになる。③は大豆に豊富に含まれるオリゴ糖が起す作用である。オリゴ糖はヒトの消化酵素では分解されず、腸内細

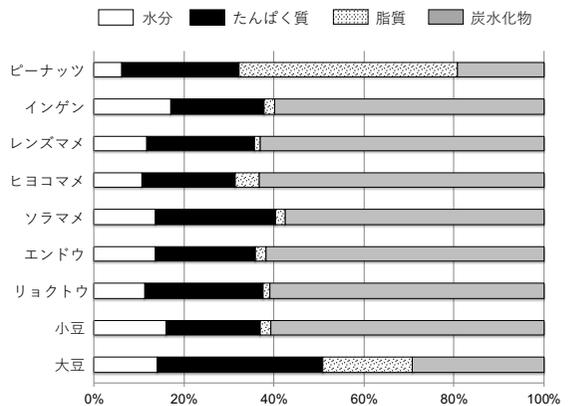


図3 豆類の成分

八訂食品成分表記載の数値にもとづき作成した

菌の餌になる。腸内細菌がオリゴ糖を分解すると炭酸ガスが発生し、これが顕著だと腸内にガスが溜まり、腹からゴロゴロという音が発生する鼓腸という現象が起こる。オリゴ糖を分解する腸内細菌は善玉といわれるグループに属するので、健康のことを考えれば問題視する必要はないのであるが、あまりに激しいと不快感につながるのだろう。これら①から④の問題は、大豆を加工・醗酵処理することによって解決できる。これらが、東アジアにおいて大豆を粒のまま煮てそのまま食べるのではなく、様々な加工・醗酵させてから食卓にのぼらせている理由なのかもしれない。

主な豆の成分をまとめた図3が示すように、大豆は他の食用豆に比較して明らかにたんぱく質と脂肪の含有量が高い。このようなたんぱく質と脂肪の含有量の高い豆を、似たような成分組成の肉や魚などとともに煮込むと、食材の持ち味がバッティングする可能性があるかもしれない。しかし、東アジアでは、たんぱく質含量がインゲンマメ *Phaseolus vulgaris* などと同様に約20%しかない小豆 *Vigna angularis* やリョクトウ *Vigna radiata* であっても、粒のまま食べずに潰して餡などに加工することが多い。したがって、高たんぱく質高脂肪という大豆の成分組成の特異性が、大豆を加工してから食べる



図4 中国の海南省海口市の市場にある道具屋で販売されている回転式石臼

Wikipedia「石臼」に掲載されている図を2021年10月29日にダウンロードした。

この理由とするのは無理があるかもしれない。西洋においては、肉を軟らかくするために、煮込むという調理法が必須である。煮込むことで旨味成分も溶け出し、料理の味も向上したと思われる。肉の煮込みに豆を加えれば、豆は軟らかく、かつ旨味成分が染み込んでおいしくなる。しかし中国には、古代から「羹（あつもの）」という獣肉を煮込んだ料理が存在していたが、これに豆を入れた例は見当たらない⁷。渋味の強い小豆が砂糖を使わない煮込みに向かないことは理解できるが、大豆を入れなかったのはなぜだろう。大豆に塩を加えてから微生物を作用させた「豆醬」や「豆豉」の歴史は相当に古い。これらの大豆醗酵物には旨味成分が凝集しており、煮込みに入れれば食味が向上する。東アジアでは、大豆を醗酵させたものを調味料的に使用することが発展したため、未加工のまま獣肉や魚とともに煮込むことは早期に廃れたのかもしれない。

2. 豆乳と豆腐の誕生

アジアでは主食の米を粒のまま食べる。一方、欧州などでは小麦を粉にしてから食べてきた。

中国において小麦粉から小麦生地を調製し、noodle や dumpling にして食べることが行われたのは、図4のような回転式の石臼が導入された戦国時代以降であり、普及するのは漢代以降である^{8,9}。回転式石臼を使って加水しつつ対象物を粉砕する操作は水挽きといわれ、これを大豆に適用すれば容易に豆乳が製造できる。実際、日本の豆腐屋の多くはごく最近まで回転式石臼を用いて豆乳を製造していた。すなわち豆乳の製造は、大豆と回転式石臼の出会いがあって初めて可能である。このように大豆を水挽きしたことの背景には、成熟した大豆は加工しないと食べられないという認識があったように思われる。

豆腐を考案したのは、前漢の淮南王であった劉安（?～前122年）だとする説がある¹⁰。河南省密県の後漢時代の墳墓からは豆腐製造を描いたと思われる石刻画が出土しており、劉安が考案したことが事実であるとする研究者も多い²。豆腐は豆乳がなければ製造できないのであるから、豆乳の誕生は豆腐に先んじている必要がある。回転式石臼と大豆との出会いが漢代以降であることは、豆乳の歴史がそれより前には遡れないことを意味する。回転式石臼の普及が漢代以降であるので、前漢に生きた劉安が回転式石臼を使えたかは微妙である。

豆腐についてもっとも古い確実な文献記録は、陶穀（903～970年）が宋の初期965年に刊行した『清異録』であり、そこには「一日間数丁の豆腐が販売されている」と記されている¹¹。このことから、宋初期に豆腐が商品化されていたことは明らかである。一方、532から549年頃に北魏の賈思勰が著した『齊民要術』は、大豆に関して、塩納豆の原型ともいえる「豆豉」の製法を詳しく述べ、さらに「大豆千歳酢」という大豆を原料とした酢、味噌と醤油の原型である「豆醬」の製法も記載しているが、豆乳や豆腐についてはまったくふれていない⁷。『齊民要術』は様々な料理や食材の扱い方を網羅的に記載しており、豆乳や豆腐を意識的に欠落させたとは考えにくい。このように漢から隋の時代

に至るまで、豆腐に関する文献記録は皆無である。以上のことから、中国の文献記録だけで考えれば、豆乳と豆腐の製造が本格化したのは、『齋民要術』と『清異録』の間、すなわち7世紀から9世紀の間ということになる。河南省密県の後漢時代の石刻画と『清異録』との間のタイムラグは、回転式石臼の所有が一部の支配層に限定されており、豆乳と豆腐を楽しめたのもごくわずかな人々であったことを意味するのかもしれない。

豆腐の日本への伝来は遣唐使によるものと考えられている。遣唐使船の帰国は、最初が632年、最後は839年である。豆腐の製造を日本に伝えたのが、日本人の留学生か、中国から来訪した人物なのかは不明であるが、遣唐使船を利用して豆腐の製造方法を伝授するには、唐において豆腐が広く行き渡っている必要がある。遣唐使による豆腐の伝来が中国の文物や技術の紹介が盛んであった奈良時代であるとする、7世紀には中国において豆腐が本格的に製造されていないなければならない。

3. 豆腐

(1) 豆腐の名称

北魏以降、隋、唐、五代十国を経て、宋が成立するが、これらの国家はいずれも北方系の王朝であり、遊牧民の影響を強く受けている。遊牧民はミルクを重要な食糧としており、現在のヨーグルトやチーズに相当する食品も所持していた。当時の中国では、遊牧民の製造する乳製品を、乳酪、酪、蘇、乳腐などと称していた。乳酪はヨーグルト、酪はバター、蘇は濃縮乳と考えられている。乳腐は、現在でこそ豆腐を醗酵させた食品であるが、もともとはミルクを原料とした食品であると推定されている¹¹⁾。「腐」という漢字に「白くてふわふわしたもの」という意味があることから、異論もあるようだが、もともとの乳腐はミルクのたんぱく質を沈殿させたカッテージチーズのような食品であったと考えるのが妥当であろう。

この遊牧民の乳腐を真似て、豆乳から豆腐

が生まれたという説がある¹²⁾。回転式石臼と大豆が出会って豆乳が誕生し、これを遊牧民の影響を受けた北方系王朝国家の人々が乳腐を真似て、豆乳中のたんぱく質を沈殿させて製造したのが豆腐であると考えれば、「豆腐」という漢字二文字の成立も説明がつくといえるだろう。なお、ここでも後漢時代の石刻画の扱いが問題になる²⁾。後漢時代に豆腐のようなものがあつたとしても、その製造はきわめて限定的であり、かつ豆腐という呼称も存在していなかったのかもしれない。

(2) 日本への伝来と普及

先に述べたように、日本への豆腐の伝来は奈良時代である可能性が高い。しかし、10世紀前半に刊行された『和名類聚抄』の巻十六飲食部・飯餅類に記載されているのは『齋民要術』と同様に「醬」と「豉」のみであり¹³⁾、もっとも古い記録は奈良春日大社の神主が寿永2(1183)年に著した日記にある「唐符」という記載だといわれている。

このように豆腐の推定上の伝来時期と文献上の記録との間に約400年も大きなタイムラグのあるのは、中国と同様に、豆腐のもとになる豆乳の製造に必須である回転式石臼が古代日本においてほとんど普及しなかったためであろう。回転式石臼自体は奈良時代の天平年間に日本に伝わっているが、これが多くの寺社に普及して実際に製粉に用いられるのは鎌倉時代以降である¹⁴⁾。以前に、奈良時代に伝わった小麦粉を使った料理である「餛飩」と「鯉鈍」というnoodleとdumplingが上流階級でのみ食され、一般に拡大しなかった理由は石臼が普及しなかったことにあると述べたが¹⁵⁾、このことは豆乳の製造にも当てはまる。しかも小麦の場合、回転式でなくても、石臼に入れたものを棒で突くことによって小規模な製粉が可能であるが、豆乳の製造には回転式石臼の存在が必須である。このわ

²⁾ 石刻画に描かれているのは豆腐製造ではないという見解も存在する。

ずかな違いが、「餛飩」と「鯉餛」が『和名類聚抄』に記録として残っているのに対して、豆乳と豆腐が文献に残らなかった理由であると思われる。なお、春日大社に近接する東大寺には回転式石臼の残骸といえそうなものが残っているという¹⁴⁾。平安時代末期に春日大社の神官が記述した「唐符」の製造には東大寺に存在したかもしれない回転式石臼が関わっているのだろうか。

日本において回転式石臼を本格的に利用したのは禅宗の寺院である。京都の東福寺には聖一国師（円爾、1202～1280年）が宋から持ち帰った『大宋諸山図』という建物の絵図が残っており、絵図の最後には水力で動く回転式石臼の設計図が「茶」と「麵」という文字とともに描かれている¹⁴⁾。禅宗寺院では多くの修行僧が業に励んでおり、多人数が食事をする場である食堂も造られていた。僧の食事は基本的には精進料理であり、大豆が重要なたんぱく質源であるため、製粉もしくは製茶用であった回転式石臼を用いて日常的に豆乳と豆腐を製造したことは容易に想像できる。このようにして、日本では鎌倉時代の後半から、修行僧を多く抱えた寺院において、豆腐が日常的に製造され、食されるようになったのであろう。

(3) 豆腐の種類と豆腐加工品

ミルクと豆乳：ミルク中では、主要なたんぱく質であるカゼインが互いに結合し、さらにカルシウムイオンが付加したミセルという粒子を形成して、水中に均一に分散している。ミセルが光を乱反射するため、乳汁は白濁して見える。豆乳においても、大豆グロブリンが互いに結合し、大豆にもともと含まれるマグネシウムイオンが付加することで、ミルクと同様なミセルが形成され、均一に分散している。ミルクと豆乳中のミセルはいずれも加熱では崩壊しないが、レンネットのようなたんぱく質分解酵素を用いてたんぱく質分子の一部を切断する、pHを変化させる、あるいは過剰のカルシウムイオンやマグネシウムイオンなどを加えると崩壊し、た

んぱく質は凝集して沈殿する。牛乳と豆乳のたんぱく質と脂肪の含有量は、牛乳がそれぞれ3.2%と3.8%、豆乳がそれぞれ3.6%と2.0%である。ミセルが崩壊してたんぱく質が凝集するさい、脂肪分は巻き込まれ、一緒に沈殿する。このため、チーズは脂肪がたんぱく質よりやや多く、豆腐ではたんぱく質が脂肪の約1.8倍の濃度になる。水分含有量は豆腐がチーズよりも相当に多い。このため、チーズに馴染んでいる西洋人にとって、豆腐は、水っぽくて、コクがなく、かつ大豆臭のする「おいしくない」食品になる。

木綿と絹ごし：現在売られている豆腐は、木綿と絹ごしに大別できる。木綿は、豆乳ににがりを入れ、沈殿した大豆グロブリンを回収して、型（多くは木製の木枠）に入れ、重石をして固めたものである。重石の程度によって水分含量が調節できるので、絹ごしと同程度に柔らかいものから、縄で縛れるほどに硬いものまで製造が可能である。一方、絹ごしは、江戸時代に玉屋忠兵衛なる人物が初めて製造したもので、濃い豆乳ににがりを入れて豆乳全体をプリンのように固めたものである。忠兵衛は元禄4（1691）年に、後西天皇の親王のお供として京都から江戸に下り、親王のために絹ごし豆腐を考案したといわれている¹⁶⁾。なお、その時に親王から賜った豆腐の名称「笹乃雪」をそのまま屋号とした店は、現在も東京に存在している。

油揚げ：豆腐を油で揚げるという調理は、おそらく修行僧が日常的に豆腐を製造していた寺院で最初に行われたと考えられる。時期的には、鎌倉時代後半から室町時代、ちょうどうどんが誕生した時期と重なると思われる。食用油も豆腐も貴重品であったため、これが一般に広まるのは江戸時代である。1697年に人見必大が著した『本朝食鑑』は、油揚げを「きわめて美味」と称賛している¹⁷⁾。現在の油揚げの製造では、木綿豆腐を薄く小さく切り、圧力をかけて脱水して「生地」を調製する。この生地を最



図5 各種油揚げ（左から順に、一般的な油揚げ、京揚げ、栃尾市の油揚げ）いずれも筆者撮影

初に 110℃から 120℃の低温で揚げ、その後 180℃から 200℃の高温でもう 1 度揚げる。低温で揚げることにより生地は 3 倍程度に膨張し、2 度目の高温揚げで水分が蒸発して表面が硬くなり、膨張した生地が収縮しなくなる。この「油で 2 回揚げる」というのが厚揚げと異なる点であり、油揚げと呼ぶための条件である。油揚げには、手揚げ、機械揚げ、稲荷揚げ（いなり寿司用に中の開いたもの）などがある。機械揚げの場合、図 5 左のような約 8×16 cm、もしくは約 8×8 cm のサイズが標準である。手揚げの場合は、仙台の三角揚げ、図 5 中に示すように通常の機械揚げの 2 倍相当の長さを有する京都の油揚げ（京揚げ）など、形状も様々になる。一般的な油揚げは、薄揚げとも呼ばれ、まわりの揚げの部分が大半を占めているのに対し、京揚げは厚みがあり、中心部はスポンジ状になった豆腐が保たれている。このため、出汁を吸うことでスポンジ状の豆腐の部分の厚みは 2 倍以上に膨張する。また、図 5 右に示した新潟県栃尾市の油揚げは、サイズこそ 8×20 cm で京揚げよりも小さいが、厚みが 3 cm もある

ため、厚揚げと見間違ふほどである。京揚げはその名のとおり京都限定の油揚げであったが、出汁を吸うという特徴があるため、様々な煮込み料理に応用が可能である。このため、大阪では、サイズのみ一般の油揚げと同じで、厚みは京揚げと同じというハイブリッド版も売られている。

がんもどき：潰した豆腐を具材と混ぜ、油で揚げたものをがんもどき、あるいは飛竜頭（ひりゅうず、ひりうず、ひろうず、ひりょうず）と呼ぶ。混ぜる具材は様々であり、混ぜずに豆腐で包むタイプもある。筆者の印象では、混ぜるタイプはスーパーマーケットなどで売られている廉価なもの、包んでいるタイプは名だたる豆腐専門店が製造し、料亭などで一品料理として提供されるものである。がんもどきの名前の由来は動物性食品を食べることのできない禅宗寺院において、がん（雁）の肉の味に似せようとした、あるいはすり身にした鳥類の肉を丸めた「丸（がん、今日のつくねに相当）」に似せようとして考え出されたことに由来するといわれる¹⁸⁾。また、飛竜頭系の名称は、ポルトガルの小麦粉と卵を混ぜ合わせて油で揚げた菓子であるフィリョース (filhós) に由来するといわれている¹⁸⁾。

高野豆腐¹⁹⁾：高野豆腐は凍豆腐の一種であり、原型になったのは、木綿豆腐を凍結後、解凍してから食べる「一夜凍り」である。凍結すると豆腐内に氷の結晶が生じ、解凍すればその部分が空洞となりスポンジ状になる。これを煮ると空洞部分に出汁などが入り込むため、木綿豆腐よりも味が染み込みやすい。「一夜凍り」はおそらく偶然に生じたものであろうが、やがて豆腐を意図的に凍結し、解凍後に脱水と乾燥を行うことで、凍豆腐が生まれた。「一夜凍り」の誕生は室町時代、凍豆腐の完成は安土桃山時代の末期といわれている。豆腐自体が修行僧を抱えた寺院で製造されていたことから、凍豆腐も寺院で誕生したものと考えられる。凍豆腐の製造の

ためには、冬季に気温が相当に下がることが必要であり、乾燥のためには風も強いことが必要である。そうすると凍豆腐を大量に製造できる場は限定されてくる。高野豆腐は高野山で製造された凍豆腐であるが、今日では凍豆腐そのものを指すことが多い。平地ではなく山地にある高野山は凍豆腐製造の条件が揃っており、しかも製造したものは保存が可能であるため、寺からの贈答品として、あるいは参詣者を媒体として大坂・京都に広まっていったと想像できる。高野山で始まった凍豆腐の生産はやがて寺から専門の職人を中心としたものになり、江戸時代後半には近畿全域に拡大したと考えられている。そしてその名称も凍豆腐から高野豆腐に変化し、今日に至っている。

4. 世界に飛躍する豆腐

(1) 豆腐を食べた西洋人

先に述べたように、中国に豆腐が普及したのはおそらく唐の時代である。唐は国際的な国家であり、首都の長安には多くの異国人が訪れていた。とくに太宗（在位 626～649 年）の時代にはシルクロードを経由してネストリウス派キリスト教も伝わっており、異国人が豆腐を口にした可能性は十分にある。しかし、この時期の西側社会からの来訪の中心はアラブ人やペルシャ人であり、東ローマ帝国やフランク王国が優勢であった当時のヨーロッパから直接中国を訪れた商人や宣教師がいた可能性は低いだろう。実際に中国を訪れたヨーロッパ人として名高いのはマルコ・ポーロ（1254?～1324 年）である。彼は元の時代の中国に 17 年間も滞在していることから、豆腐を食べた可能性はさきわめて高い。

江戸時代以前に日本で豆腐を食べた可能性があるのは、戦国時代に日本を訪れたフラシスコ・ザビエル（1506?～1552）らの宣教師、日本に漂着して徳川家康に仕えたウイリアム・アダムス（三浦安針、1564～1560）、さらに江戸時代に交易のために長崎の出島に暮らしたオランダ人らである。大友宗麟（1530～1587 年）

が領主であった 16 世紀の府内（大分市）では、ポルトガル宣教師のガスパル・ヴィレラ（1525?～1572 年）が、1 頭分の牛肉と米を煮込んだ料理を日本人にふるまったという記録がある²⁰。この料理は、今日、クチナシで黄色くした飯に魚、豆腐、野菜を乗せた「黄飯」として伝わっており²¹、ヴィレラがふるまったものにも豆腐が入っていた可能性がある。ポルトガル人の宣教師は、これ以外にも「日本人は牛乳もバターも食べないが、ママで作ったチーズを食べている」と記していたとされている³。

このように中国や日本を訪れた西洋人は、豆腐に接し、おそらくそれを口にしたと思われる。しかし、チーズに比べて、水っぽくてコクのない豆腐に魅力を感じることはなく、かりに興味を抱いたとしても、保存が効かない豆腐を本国に持ち帰ることは不可能であった。また、製法を知ったとしても、大豆のような高たんぱく質高脂肪の豆が存在しない西洋社会においては豆腐を再現することもできなかった。豆腐が西洋社会に導入されるのは、中国人や日本人が移民として西洋社会の中にコミュニティを形成してからであり、欧米人に受容されるのはさらに遅れて 1980 年代以降のことである。

(2) 醤油の輸出

大豆加工品の中でヨーロッパにもっとも早く紹介されたのは、比較的保存が可能な醤油であった。17 世紀の中頃、長崎の商人はオランダの東インド会社を介して、様々な日本製品をヨーロッパに輸出しており、その中には「コンプラ瓶」という焼き物の壺に入った醤油が含まれていた。この醤油がどの程度ヨーロッパ社会に受け入れられたかは定かでないが、フランスの太陽王といわれ、連日連夜饗宴を繰り広げたルイ 14 世（1643～1715）の厨房には醤油が存在したといわれている。カール・ツンベルグ（1743～1828）の『日本紀行』には、日本人が中国人よりも質の良い醤油を生産し、これをバタビア、

³ 出典不明のインターネット情報である。

インド、ヨーロッパに輸出していることが記されている²²⁾。

(3) 欧米における豆腐

大手の食品メーカーであるハウス食品は、米国の現地法人であるハウスフーズアメリカ社から1980年代に豆腐の販売を開始している。しかし、当初はその売り上げは芳しくなかった²³⁾。理由はこれまでに述べてきた、水っぽくてコクがない(=味が無い)、そして臭いである。ところが、1990年代以降は、米国のダイエタリーゴール(食事目標)が当時の日本食にきわめて近いものであったことから、日本食イコール健康的というイメージが形成され、さらに植物性食品への信奉も加わり、豆腐の売り上げは飛躍的に増大して今日に至っている。米国で売られている豆腐は、様々な硬さのものが用意されており、とくに日本ではあり得ないほどに硬いものに人気がある²⁴⁾。これは米国人が、豆腐をそのままではなく、肉の代用として焼いたり油で揚げたりした上で、様々な味付けをして食べているからである。また、密封後に低温加熱殺菌することで2ヶ月の保存が可能なものになっている。

ヨーロッパにおいても事情は同じであり、豆腐は基本的に調理加工して味をつけてから食べるもの、あるいは肉の代用品の位置付けであり、マヨネーズ、バター、クリームチーズの代用品としても利用されている。また、トマトやバジル、マンゴーカレーなどのフレーバーを付加したフレーバー豆腐や燻製にした豆腐も、現地の食品メーカーから販売されている²⁴⁾。これらの調理法は、豆腐に対する欧米人の一般的イメージである、「味が無い」、「大豆臭がする」を克服するものといえる。また、日本で暮らした経験のある人は、日本人と同様の食べ方をしており、本来の豆腐の持つ繊細なおいしさも理解されつつある²⁵⁾。ただし、これは知識から入ったおいしさ、いわゆる文化的なおいしさであり、欧米の多数派には至っていない。今後は、豆腐だけでなく、油揚げのような豆腐加工品も欧米に進

出する可能性は高く、逆にフレーバー豆腐のような欧米人向けの加工品が日本でも販売されるのではないかと思う。

文献

- 1) 杉山信太郎:大豆の起源について. 醸造協会誌 87: 890-899、1992.
- 2) 郭 文韜(著), 渡部 武(訳):中国大豆栽培史. 286 pp, 農山漁村文化協会, 東京, 1998.
- 3) 岡島秀夫, 志田容子訳: 氾勝之書(氾勝之著). 113 pp, 農山漁村文化協会, 東京, 1986.
- 4) 那須浩郎:縄文時代の植物のドメスティケーション. 第四紀研究 57: 109-126, 2018.
- 5) 吉田真美:料理書から見た世界の豆料理の調理特性—東アジアの豆料理. 豆類時報 56: 39-43、2009.
- 6) 吉田よし子:マメな豆の話. 世界の豆食文化をたずねて. 273 pp, 角川ソフィア文庫, 東京, 2018.
- 7) 太田泰弘, 小島麗逸, 田中静一編訳:齋民要術—現存する最古の料理書—. 339 pp, 雄山閣, 東京, 2017.
- 8) 天野元之助:中国農業史研究. 増補新装版, 1049 pp, 御茶の水書房, 東京, 1989.
- 9) 三輪茂雄:石臼の歴史を訪ねて. 粉体工学研究会誌 11: 581-591、1974.
- 10) 福田 浩, 杉本伸子, 松藤庄平:豆腐百珍. 127 pp, 新潮社, 東京, 2008.
- 11) 包 啓安:中国の乳腐. 醸造協会誌 82: 167-174, 1987.
- 12) 篠田 統:中国食物史. 387 pp, 柴田書店, 1982
- 13) 那波道圓:倭名類聚抄卷十六飲食部飯餅類, 倭名類聚抄卷八(源 順 撰)、1617(国立国会図書館デジタルコレクション、<https://dl.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/2544223?tocOpened=1>, 2018年3月9日ダウンロード).
- 14) 三輪茂雄:粉の文化史—石臼からハイテクノロジーまで—. 200 pp, 新潮社, 東京, 1987.
- 15) 吉田宗弘:うどん類の歴史と分類. 食生活研究 38: 121-130, 2018.
- 16) 根ぎし 笹乃雪:豆腐料理「根ぎし 笹乃雪」のいわれ. <http://www.sasanoyuki.com/iware/index.htm>

- ml, 2021年10月29日アクセス.
- 17) 島田勇雄 訳注: 本朝食鑑 1 (人見必大 著)、308 pp、東洋文庫 (平凡社)、東京、1979.
 - 18) Wikipedia : がんもどき <https://ja.wikipedia.org/wiki/がんもどき>, 最終更新 2021年10月13日, 2021年10月29日アクセス.
 - 19) 渡辺篤二, 齋尾恭子, 橋詰和宗: 大豆とその加工 1. 340 pp, 建帛社, 東京, 1987.
 - 20) 村上直次郎訳註: 耶蘇会士日本通信 豊後編上, 419 pp, 帝国教育會出版部, 東京, 1936 (国立国会図書館デジタルコレクション, <https://dl.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/1878829>, 2021年11月1日ダウンロード).
 - 21) 堀尾拓之, 横山智子: 室町・安土桃山時代の食文化について. 名古屋経済大学自然科学研究会会誌 49: 35-50, 2016.
 - 22) 山田珠樹訳註: ツンベルグ日本紀行. 503 pp, 駿南社, 東京, 1928.
 - 23) ハウス食品: ハウス食品は、アメリカでは「TOFU (豆腐)」の会社だった! 【前編】. <https://housefoods-group.com/activity/e-mag/magazine/164.html>, 2021年11月1日アクセス.
 - 24) 北川菜々子: オーガニックスーパーでは一面が豆腐売り場!? ヨーロッパで独自に発展する豆腐の世界. 日本文化の入り口マガジン, <https://intojapanwaraku.com/gourmet/116091/>, 2021年10月30日アクセス.
 - 25) Booth S: Food of Japan, 272 pp, Grub Street, London, 2000.