

日本料理について

つきち田村
田村隆



椎茸の順に加えて、煮あがる直前に三つ葉を入れて火を止める。そのままおくと余熱で煮えすぎるので、身をざるにあけて手早く椀に盛るのが大事である。少々胡椒で食べる。この沢煮椀を一年中供している料理屋がある。私は春の椀だと思っていたが、その店の主人の考えは違った。「その季節の旬の素材を集めれば、それがそのときの『沢煮椀』だよ」と言う。そのことばに、「なるほど」と膝を打ち、春夏秋冬、季節ごとの沢煮椀をつくっては、旬の野菜の香りを胸いっぱい吸い込んでみたくなった。

沢煮は「たくさん」の意がある。昭和のはじめに考案された、季節の野菜の味と香りが満ちあふれた椀だ。沢煮椀は豚の脂身と野菜を千切りにして仕立てた汁だ。もとは山の猟師の野外料理だったという。猟師が山に入るときに、保存のきく肉の塩漬や乾燥野菜を持っていき、ひとつの鍋で煮込んだのが元祖である。ひと煮立ちした汁に豚の脂身を入れて再び沸騰したら、竹の子、ごぼう、うど、

14

五味五感



冷やし中華が恋しくなると、夏の到来を感じる。錦糸卵、きゅうりの細切り、紅生姜、五色そろりと、五味五感のバランスがいい。

甘い、塩辛い、酸っぱい、苦い、辛い五味を味わい、のどごし、見た目、音、温度、香りの五感が混ざり合う。祖父はその調和があつてこそ、おいしい、楽しい料理になるといつもいっていた。中でも温度にたいするこだわりは

人一倍で、「熱いものは熱く、冷たいものは冷たく」のひと言は、それこそ耳にタコができるくらい聞かされた。「自然に」というあたりまえのことを、祖父なりのわかりやすいことばとして伝えているように思える。

京都の修業を終えて東京に出てくるときに、師匠からいただいた「五味調和」のことば。わが家の玄関に飾り、祖父の気持ちを添えて、いつもお客さまをお迎えしている。

121

真夏の とろとろ昆布



昆布とアイスコーヒーをみるたびに思い出す、苦い記憶がある。

料理本でいちばんだしのとり方の最初の手順をみると、決まって「昆布を水に入れしばらく置き、昆布がふくらんできたら火をつける」と書いてある。

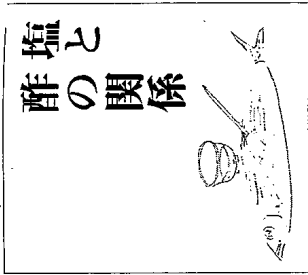
ある夏、いつもと同じ手順で大きな寸胴に水を入れ、昆布を加えて少し置き、火にかけた。もういいだろうと中を

覗き込むと、昆布は溶け、水は黄色に変色している。

顔を真っ赤にして、昆布屋に怒鳴り込んだ。すると主人は、喫茶店からアイスコーヒーをとってきて、にっこり笑って、「昆布は乾物だから、夏場は湿気を吸収している。ひと晩水につけるのは冬場のやり方。夏場は水の温度も高いから、水につけた瞬間からだしが出はじめる。ひと晩つけたら溶けるよ」と言ってくれた。

うちで主に使っているのは、函館周辺でとれる真昆布だ。寒が厚くだしは清らかに澄み、気品のある味わいだ。料理講習会などでは、そんな昆布の話をよくする。「なにもしゃべらない昆布ですが、パリンという音は乾燥している冬場の昆布の声ですよ」と。

138



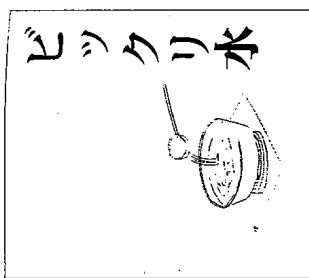
酢でもりはしまらない。塩でしめて酢をきかせる。
 塩をすると、浸透圧で塩が中に入っていくときトンネル
 ができて、その道を通して水分が出る。その道がないと、
 酢の通り道がないから入れない。
 鯖をしめるのに、生のまま酢に入れても周りの蛋白質は
 白くかたまるだけで、中は生のまま。鯖であたったなんて
 という話もよく聞くが、酢と塩の関係は絶対である。

秋刀魚の季節、ガス台のグリルで塩焼きにしたくなる。魚の皮はゆっくり焼くと皮がめ
 くれて、おいしそうに焼けない。じわじわ弱火だと皮が縮むから、強い火で熱したオーブ
 ンなんかでわっと焼き上げないとまずくない。ピザを焼くのもそんな釜が必要だと聞く。
 入れた瞬間に焼けなきやダメって。

そうそう、話は秋刀魚だった。そんなとき、酢をぬって塩をする。皮がめくれず、きれ
 いに焼ける。うそだと思ふならやってみな。食欲の秋をひとり占めたよ。

155

出典：田村隆、つきち田村の隠し味365日、株式会社白水社、2007年



うまい料理を食べたければ、それ相応に時間をかける必
 要がある。素材の質と手間と時間をけちったりかけすぎた
 りすると、ちぐはぐなできあがりしか期待できない。とは
 いえ、日常生活で「そうは言ってられないのよ」とおっし
 やる奥さま方も多いたろう。

「ビックリ水」というマジックのような調理法がある。

差し水ともいうが、そうめん、ひやむぎ、蕎麦、うどんな
 ど、麺類を煮ていて、もうちょっとやわらかくしたいときに、冷たい水を入れると、麺が
 瞬時にしてやわらかくなるのだ。

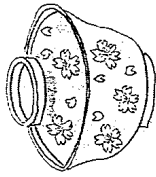
急激な温度差のなせる技である。理にかんた方法だが、ほんとうにおいしい麺を食べ
 たければ、あまりやらないほうがいい。実際、ビックリ水をせずに、泡が煮こぼれない
 ように火加減して最後まで煮た麺と較べると、時間差はさほどない上に、ビックリ水をし
 た麺は表面がゆるんとして喉越しがだらしない。

少しの時間を惜しむか、味をとるか、その日の都合にあわせてください、奥さま方。

161

出典：田村隆、つきち田村の隠し味365日、株式会社白水社、2007年

お椀の温度



お椀の温度は八十五度と決めている。汁物は器に入れた瞬間、温度が下がるから、百度に沸騰した汁がそのままの温度で席に配されることはない。

お客さまは熱を選べない。ひと口目が「ちょうどいい」と、じきに「ぬるい」となる。椀を冷めにくくするには、油揚げなど油気のある具材を使うのが第一。面に油膜が張って、保温効果がある。

もっと冷めにくくするなら、葛を少々ひけばいい。冬場だったら、白味噌仕立てにするより冷めにくい。ただし「冷めにくい＝熱しにくい」から調理時間をつねに逆算する必要がある。また、冷めにくい汁は、火からおろしても余熱で椀タネが煮えつつけるから、要注意である。

「熱いものは熱く」。これがうちの身上だ。いまは五階建ての各階に調理場があるから、盛りつけから配膳までの距離がぐっと縮まり、仕居たちは呼吸を合わせ、一刻も早く客前へと椀を進める。

祖父の引き算



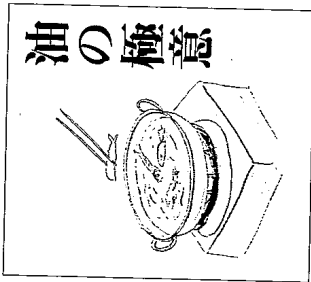
初代があるとき、京都ふうの盛りつけで、極上の鯛のさしみに大根のつまやきゅうりの花、紫芽にわさびなどをたっぷり盛りつけて、お出した。白、黄、緑に赤紫と彩り鮮やかな一皿である。

祖父が得意満面で挨拶に顔を出すと、かえてきたのは「おい、刺身をもっと盛ってくれよ」というお小言である。そのとき祖父ははじめて、「料理人は自己満足で料理をつ

くってはあかん」と呟いたという。

「おふくろの味がおいしいのは、そこに子どもを思う気持ちがあふれているから。自分の好みは差し引いて、趣向よりも気持ちが一番」と祖父は私に教えてくれた。いらぬものをとり、足りないものを足す。いらぬアクはすくいと、足りないうま味を加える。その法則が料理づくりに欠かせない。

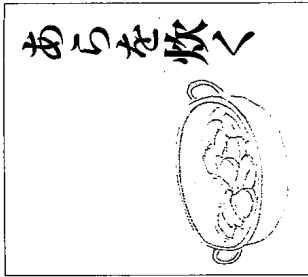
その遺のフコになるには、まず自我を引き算することが第一だ。ときおり、祖父のこのことを思い出しては、こっそり自分を戒めている。



天ぷらを揚げる油の温度は、一七五度といわれる。油の温度の目安は、
 衣が底について上がってこないのが、一五〇〜一六〇度、
 衣が底についてすぐに上がるのが、一六五〜一七〇度、
 衣が底につく前に上がるのが、一七五〜一八〇度、
 衣が油の表面で散るのが、一八五度以上である。
 適温になったことを確認してから、ネタを揚げていく。
 芋類は火が通りにくいので、やや低めの温度で揚げる。
 さくっと揚げる隠し技は、鍋の表面積の三分の一〜半分ぐらいの量を入れて揚げること。
 揚げている最中に隙間ができて、いっぱい入れないこと。心理的に入れたくなくなるけどじ
 つがまんして、いま入っているネタが揚がったらつぎを入れる。ネタをひとつ入れるた
 びに、約四度、油の温度が下がることを考えて。
 もうひとつ、手順は、ネタの仕込み、油の温度を上げる、粉をまぶすの順。この手順た
 と、食材にも燃料にも無駄も無理もかからない。



真ん中より下で、根っこより上の部分もうまいが、やや
 繊維が多いので、千六本に刻んでなますにするといいだろ
 う。「千六本に刻む」とは、「細く切る」の意味である。野
 菜の繊維は上から根に向かって縦に入っているから、しゃ
 きしゃきした歯ざわりでいて繊維がぼろぼろにならないな
 ますをつくるには、繊維を斜めに刻む「なます切り」にす
 ればいい。
 刻んだ大根に塩を振ってしんなりさせ、布巾にくるんでぎゅっと絞ってから甘酢につけ
 る。お正月やおめでたい席などに供する紅白のなますは、大根と人参を双方千六本に刻み、
 混ぜあわせてつくる。
 お年寄りや病人などには、輪切りにしてから細く打つ。輪切りにすることで繊維が断ち
 切られ、やわらかくて胃に優しい千六本になる。縦にそって細く打てば歯ざわりもいい。
 生かすも殺すも切り方ひとつで決まるのである。



魚は生臭くてきらいだ、という方がいる。まして、「魚のあらなんて」と敬遠する方は少なくない。ところが魚好きのなかには、あらを骨の髄までしゃぶりつくして、「猫泣かせ」を自認させる魚食い上手がいらっしやる。

生臭さの原因は、うろこ、血合い、ぬめり、わた、である。ていねいに水洗いすれば取り除くことができるし、たっぷりの湯にくぐらせて氷水にとって霜降りにすれば、取

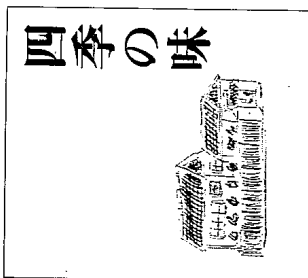
り残した血合いやうろこまできれいに取り除ける。

「相性がいいのはごぼうや大根、鍋底に並べて煮ると焦げつかず、味もよくなる。一石二鳥や」と祖父は言っていた。

切ったごぼうを鍋の底に敷き、その上にあらを並べて強火で煮る。アクをすくったら中火にし、砂糖、醤油を加えて落とし蓋をする。途中の味は控えめに、仕上げにさっと醤油を加えられるように仕上げるのが、おいしいあら炊きをつくるコツである。

293

出典：田村隆，つぎち田村の隠し味365日，株式会社白水土社，2007年



「春はぐみ、夏は酢の物、秋辛み、冬は油とこころして食え」という先人のことは奥深い。暑い日がつづく、ぐったりした身体に食欲も薄れ、酢の物ではなくても、さっぱりして口当たりや後味のさわやかなものがほしくなる。

うちの店がどルになる前の木造「隠建」のころ、柱にもたれて好きな時代劇をテレビで見ながら、祖父はよく私に言っていた。

「なあ、隆。この敷居にはまっている襦がお前やな。敷居がゆがんでしまたら、それに合わせて襦をけすらなあかんで。襦に合わせて、家建て直すのは無理な話やからなあ」

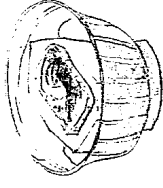
合うの合わないのは、どんな場でもおこること。その場が嫌だから避けるというのも勝手だが、周囲が自分に合わせてくれはしない。自分のほうが合わせていく努力も必要だろう。料理も同じで、独りよがりはいつかしっぺ返しがかかる。

季節に合わせて先人の教えも聞きながら自然な料理にすることを、いつでもなんでも手に入るいまだからこそ、とくに忘れずにいたい。

296

出典：田村隆，つぎち田村の隠し味365日，株式会社白水土社，2007年

三代の知恵



三代目の私は、かなり自由で新しいことをやらせてもらっている。生フォアグラを使ったり、牛タンを使ったり、お客さまに出さずに終わった食材もあった。

洋風の食材を取り入れて、四苦八苦しながらくんでこな「日本料理もどき」にしようとしたとき、アドバイスしてくれて、「もどき」を見事な「目新しい日本料理」にしてくれたのが初代の祖父だった。

なにしろおじいちゃんと初孫の関係だったから、点数の甘い部分がそのまま私の発想の自由さにつながった気がする。

二代目の父は絵心があり、各月の前菜の盛りつけを一枚の絵に見立てて仕上げるなど、遊び心でお客を楽しませる。前菜で季節感をだし、お椀、造りで「つきが田村」の味を感じていただき、焼き物、煮物などをじっくり召しあがっていただく——このリズムは創業以来六十年間変わらない。古い料理というより昔の料理のなかにも、いまお出しするとしてつもなく新鮮だったりすることもある。いきすぎた料理を少し戻してくれたりもした。いまの味は、祖父・父・私の三代でミックスされたものである。

323

十一月の献立 （天文御更）



菊箱
前菜

前菜 菊畑

田舎家 焼栗きんなん田舎煮
雀 垣の元菊浸し

菊花生巻

海老真丈
山桃 焼酎漬け

橙釜 とんぶり

千子
三つ葉
おろしあえ

こはだ香り漬け

カリフラワー
キャビア

小鯛の小菊すし

はじかみ
菊花かぶ
花豆

孔雀王子

いからすみ巻き
ながらみ貝塩蒸し
柚子釜 柿なます



汁
すつぽん
丁字巻
洗いねぎ

焼物
太刀魚うに包み焼き
生椎茸木枯し揚げ
吹田くわい

小政物
越前がに
お茶の芽



葵合せ
海老巻手
オレンジこんにやく薄切り
青梗菜、葉人参、刻み柚子

酢の物代り
刻み生野菜
白ごま
とき辛子、つけ汁

造り
かれし菊作り
皮、肝
しその葉、紅葉おろし、ちり酢



薄茶

甘味

栗ぜんざい

水物

柿フランダースかけ



止
菊花雑炊

香の物

十一月の献立

〔カラー65頁〕

前菜 市松鱈膏

菊畑

上 田舎家 焼栗

ぎんなん

田舎煮

雀 垣の元菊 浸し

下

菊花生麩

海老真丈

山桃 焼酎漬

こはだ 香り漬

紅葉皿

カリフラワー

キャビア

孔雀玉子

いからすみ 巻き

ながらみ 貝 塩蒸し

橙釜

とんぶり

干子

三つ葉

おろしあえ

小鯛の小菊すし

はじかみ

菊花かぶ

花豆

柚子釜

柿なます

汁

菊畑

すつぽん

丁字麩

洗いねぎ

露生姜

十一月ともなれば、秋も終わりに近づいて晩秋、里の紅葉もまつ赤に色つき、柿も熟し、空は青く澄み、空気もひきしまつて、日本ならではのいい季節ですね。天気も比較的いいし、休日もあるし、行楽のシーズンでもある。そして、また菊の季節、菊人形などの催しもありますが、種々様々の美しい菊をいろんなところで見かける。だから、今月は菊を主題にしました。

前菜 菊畑

入れ物は市松鱈膏です。市松と菊畑とは対のもので、菊畑の屋根は市松になっているんです。ここでは、それが逆で、市松が下になっていますが……。

蓋になっている上のお膳の上には、田舎家の容器を置いて、晩秋の風景を思わせる。枯葉を敷き、菊を箸置きにして、朱盆にも菊の花びらを一ひら。軒端の雀という趣向で、も一つは雀の容器です。

そして、蓋のお膳を取ると、にぎやかに市松の菊畑が現れる。中身はそれぞれ菊に因む、菊づくしです。

上 田舎家 焼栗ぎんなん田舎煮

焼栗は割って蒸し器にかけ、ぎんなんは皮を取り、これをいつしよに田舎煮にする。田舎煮というのは、砂糖と醤油に酒を少し入れ、材料を入れて煮つめる、一番簡単な煮方です。

雀 垣の元菊 浸し

垣の元というのは新湯でとれる食用菊です。おいしい菊です。これのお浸しです。

垣の元(菊)を酢入りでゆでて、だし浸しにする。いばなし(いわなし)をの

せる。

下 菊花生麩、海老真丈、山桃焼酎漬

みそ入りの菊花生麩(市販)をあたためる。

海老真丈を薄く切ったパンで巻いて揚げて、切る。芯はあざつき。

山桃は砂糖と焼酎を合わせて漬けたもの。

それぞれ菊の葉を敷きます。みな菊花に見立てているわけです。

こはだ香り漬は、カリフラワー、キャビア

こはだを三枚におろし、一塩して酢で洗い、セロリ、にんじん、胡瓜などを細切りにして巻き、甘酢につけ、二つに切る。漬け酢の中に香りの葉を入れて、香り漬けとする。

カリフラワーの酢漬は、キャビアを添える。

孔雀玉子、いからすみ巻き、ながらみ貝塩蒸し

うすら卵をゆで、ベーコンで巻き、油で揚げて二つに切る。

からすみをいかのうす切りで巻いて蒸し、適当に切る。

ながらみというのは干葉のほうでとれる貝の名前です。これは塩蒸しします。

橙釜 とんぶり、干子、三つ葉、おろしあえ

干子は焼いて刻み、三つ葉は湯を通して同じように切り、とんぶりは洗ってだし醤油に浸し、これを大根おろしであえる。

橙を菊畑に作って盛る。

小鯛の小菊すし はじかみ、菊花かぶ、花豆

小鯛は小さく丸いすしに作り、真中に念串で焼き目をつける。菊に見えるように。

はじかみは酢漬。菊花かぶは甘酢につけ、中央に赤ピーマンをのせる。花豆は甘煮にする。

柚子釜 柿なます

柿は短冊に切り、砂糖と酢をまぶす。胡瓜、大根はうす塩でもみ、椎茸は甘煮にする。くらはは酢漬にする。すりごまに、砂糖、酢を入れ、よく混ぜて、材

造り 重ね菊

か
れい
菊作り
皮 肝
人 参
紅たで
しその葉
紅葉おろし
ちり 酢

焼物 赤鯉魚

太刀魚うに包み焼き
生椎茸木枯し揚げ
吹田くわい

小吸物 筒輪

越前がに
お茶の芽

菜合せ 紅葉松茸鉢

海老芋
オランダこんにやく薄切り
青梗菜
葉にんじん
刻み柚子

酢の物代り 筒輪

刻み生野菜
白ごま
とき辛子
つけ汁

止 水玉輪

菊花雑炊
菊花
菊菜
梅干

料をあえ、菊座につた柚子釜に盛る。

ふつうのかたい柿が、砂糖をまぶし、酢を振りかけるとしんなりして、このようになますにして、とてもおいしく食べられます。物は使い方しだいです。

みな菊花に見立てていますから、菊の葉を敷きます。料理一つ一つがおいしいことはもちろんですが、こんなふうになんかに見立てるといっても料理の楽しさです。作る人が楽しみ、食べる人が楽しむ。しかも、わかりやすいのと、ちょっと隠したのと。こんなふうには全部菊という同じものに見立てて、そのちがいをみるのもまた楽しいものです。

汁

すっぽんは酒と水にかつおだしを加えて仕立てる。丁字麩は水でもどしてすっぽんの汁で下味をつける。洗いねぎをのせ、露生姜をおとす。

すっぽんが一番おいしい時期だといわれます。冬眠前で、たっぷり養分をとり、脂をためているから。

酒と水を二八か三七の割合、上のあくを取りながら煮ます。なおかつおだしを加えるとすっぽんの臭いが消えます。

これも菊座に盛ります。

造り

かれいを薄作りにして、けんを白にして菊花盛りにする。引き皮は霜ふりして、肝は湯を通して盛る。

天も菊花、添えの人参も菊花、器も菊です。

しその葉ともみじおろし、ちり酢で食べていただきます。ちり酢は、醤油六、酢四です。

焼物

たち魚は、背開きにして骨を抜き、蒸しうにを包み入れて、焼く。

たち魚の身が薄いので、このように工夫して出します。

生椎茸は、海老のつぶし身を塗り、はるさめ、そば、ぎんなん、針生姜、スライスマーモンドなどを適宜つけて揚げる。

吹田くわいは、から揚げにして塩をふる。

小吸物

越前がにの蒸したものの身を入れて、昆布仕立てのみぞれ吸物に仕立てる。

おろしかぶらを少し入れて、みぞれにし、沈むからちよつとくずを入れます。

お茶の葉を入れる。色がきれいなので中国の茶葉を使いました。

菜合せ

海老芋は、上の方はたわしてつるつるにみがついて、下の方は切りそろえて、たぶりのだして煮る。

こんにやくは、油で揚げて煮込み、うす切りして重ねて盛る。

ちんげん菜はうす味で煮る。

柚子を刻んでたぶりのせる。

酢の物代り 刻み生野菜

胡瓜、京人参、セロリ、キャベツ、レタス、紫キャベツ、大根、うど、玉ねぎを細切りにして、水にはなしてから、ざるにあげて水を切る。

とり椎身は、すじをとって、焼いて細くさく。

美しく盛り合わせて、白ごまを半すりにしてのせる。

溶き辛子とつけ汁(醤油、酢、みりんを合わせる)を添える。

止 菊花雑炊

御飯を洗って、菊花、菊菜をたたいて入れ、雑炊にして、お椀に盛ってから、梅干の身を少し入れる。

香の物は、ちよろぎ、昆布、べつたら、瓜醤油漬。

香の物

ちよろぎ

昆布

べつたら

瓜醬油漬

水物 こま皿

柿 ブランデーかけ

甘味 しじみ椀

栗ぜんざい

うす茶

水物

よく熟した柿を、へたの方を上にして、横に切り、しんを取って、寄せたゼラチンを小さく切つてのせ、ブランデーをかけて供す。

甘味

新の大納言を使ったぜんざいです。甘い栗を入れて。

料理するところ

田村平治

七年間みっちり修業して、師匠の元を離れ、他流といいますが、外へ出る時に

「料理というものは、粹に作ったり、見栄を張っては、邪道であり、甘いものは甘く、からいものはからく、

お前は料理人だから、庖丁が切れなければいけない」

といわれました。この言葉を大切にしてきました。

庖丁については、表と裏を決め、形としては、陽と陰が基本で、

五行、即ち、火、木、土、水、金の相性を考え、白、黒、赤、青、黄に対する色の表現を決め、

一般にいわれる五法、生、煮る、焼く、揚げる、蒸す、によって仕上りを考え、

五感に訴えて、食べる人の、視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚と、

熱い、冷たいの温度も、味に対する要素といえましょう。

これらを基本に、献立を作る上においては、あくまでもお客様、即ち相手を思いやって、吉凶、老弱、男女と、数に合わせて、万全を期さなければ、料理を作るとはいえないでしょう。

特に日本料理の場合は、季節のある料理でなければ、意味がありません。

その上に、私は古くからの、お茶の懐石や、本膳によって培われてきた、一汁三菜の基本を、外さないことに終始しております。

即ち、生、汁、焼く、煮るに、何故か必ず御飯がついたものです。

これ以上を加える場合は、蒸す、揚げる、浸す、和える等の作り方の違うものを加えます。

東京の震災以後、生活様式の変化からか、突出し、先付、等々と呼ばれる小付の鉢や、昭和の中頃から、飲み物の、ビールや洋酒が入り、うにやこのわたで応じ切れなくなって、前菜料理が、全国の日本料理に普及される等々の変化もあり、洋風、中華風と浸透してきたことも、否むわけにはまいりません。

街には、豪華絢爛と料理本があふれております。これからの人々は、どれが本当か迷われる時代ともいえますが、毎年来てくださるアメリカの人の、日本料理だけは日本へ来なければ味わえない、といわれた言葉をうれしく感じ、あくまでも日本料理を忠実に守って、世界中に広まっている日本料理でなく、本当の日本料理を作ることに専念したいと思います。

この本の料理は、季節の風物を考え、色と相性に気を使い、器の変化にも意を配し、いつも私の店でお客様を対象にお出ししている献立です。

食生活も時代とともに変わりますが、その時代、時代の料理は、活きものとして躍動しているものと考えてよいのではないのでしょうか。