

# 『齊民要術』の麵・粥・餅を試作する

『齊民要術』の麵・粥・餅を試作する会

稲澤 敏行（江戸ソバリエ協会顧問、

東京農業大学食品加工技術センター客員研究員）

ほしひかる（江戸ソバリエ協会）

松本 一夫（江戸ソバリエ・ルシック）

## I. 序説

### 1. 傍観「魏晋南北朝」

中国という国は建国の度に国名が変わる。それは異なる民族が王朝を樹立してきたからであるが、その民族を大別すれば農耕漢民族と狩猟遊牧民族ということになる。南の農耕の民は「あいつらは南下して来ては、せっかく耕した農地を馬の蹄でメチャメチャにする」と言い、北の民は「あやつらは、美しい牧草地に鋤を入れてメチャメチャにする」と言う。互いに「許せん」とばかりに盾や矛などの武器を取って、戦い始める。その境界の象徴が万里の長城であるといえよう。その攻防は世界に類がないほど複雑で歴史も長い。とくに紀元前の春秋戦国と、3-7世紀の魏晋南北朝における群雄割拠、そして分裂と混乱ぶりは、まるでパズルのようであるが、ここでは首題と関係する時代「魏晋南北朝」だけを見てみよう。

先ず、統一王朝の後漢【皇帝：劉氏、首都：洛陽→西安→許昌】が滅ぶと、魏【曹氏、洛陽】、呉【孫氏、南京】、蜀【劉氏、成都】が鼎立する「三国時代」に入った。九州の邪馬壱国女王卑弥呼が、魏の第2代皇帝曹叡から「親魏倭王」の封号をもらったのがころころだ。

やがて魏は晋【司馬氏、洛陽】に代わる。だから、卑弥呼の後継者壱与も、晋王朝成立の翌年に初代皇帝司馬炎に朝貢を行った。この晋は蜀と呉を滅ぼして中国を統一するが、再び混乱がおこって短期間で滅ぶ。

このころ華北に、北から、西から多数の異民族が侵入し、たくさんの民族国家が生まれた。これを「五胡十六国時代」と呼んでいる。

やがてその中のひとつ魏【拓跋氏、平城(大同)→洛陽】が華北を統一。歴史上では三国時代の魏と区別して北魏とっている。しかし、その北魏も東魏【邯鄲市臨漳県辺】と西魏【西安】に分裂、さらに東魏は北齊【高氏、臨漳県辺】、西魏は北周【宇文氏、西安】に代わる。

この北魏から北齊、北周までの五つの王朝はすべて同じ系統なので、ひっくるめて「北朝」としている。

そんなとき、華北で崩壊した晋の王族の一人が南に逃げて晋【南京】を再興。歴史上では東晋としている。しかしそれが宋【劉氏、南京】に滅ぼされ、そのあと齊【蕭氏、南京】、梁【蕭氏、南京】、陳【陳氏、南京】が続く。

この宋から陳までの四つの王朝を華北の北朝と対峙させて「南朝」という。

その華北では、北周が北齊を滅ぼしたが、北周は隋【楊氏、西安】に代わり、この隋が南朝最後の陳を滅ぼして中国を統一する。それが 589 年のことだから、後漢滅亡後、隋の統一までの 370 年を「魏晉南北朝時代」という。

どうだろう。まるで手品師の細い指先から、魏、晋、北魏、隋などの国々が、そして各々の帝王たちが次々と現れては消えるかのようではないか。恐らく、そこには夥しい民の、夥しい汗血涙が黄土に染み込んだであろうが、傍観するわれわれはもはや、そうした人々の、運命の暗転、断層すら感じることもできない。

## 2. 飛天 「北魏」

華北で多数の民族国家が乱立している中で徐々に力をつけてきたのが、中国北東部の大興安嶺一帯を疾駆していたモンゴル系遊牧の民鮮卑族であった。優れて、その中の拓跋氏という部族が、五胡十六国を統一して北魏を建てた。北魏は 439 年から約 200 年、第 12 代皇帝まで続いた。その過程で登場するのが、ドラマなどでお馴染みの馮太后である。彼女は五胡十六国の一つ北燕の王族の一人として生まれたが、北燕は北魏に敗れる。だが、父は早くから北魏に従っていたため、彼女も幼いころから後宮に仕えてきた。長じて、美貌と知性を有していた彼女は、第 5 代皇帝文成帝の皇后となる。と思いきや、夫は 25 歳の若さでこの世を去る。6 代目には献文帝が立った。ところが、鮮卑族には奇妙な仕来があった。次期皇太子が立太子すると実母が殺されるのである。外戚の専横を防止する策であるという。このため新帝には実母はいない。そこで馮は皇太后の立場で新帝の補佐を始める。北魏に亡ぼされたとはいえ、かつての北燕の王馮氏も優秀な統治者であったという。その血筋を受け継いだのか、北魏の馮太后も実力を発揮し始め、やがては皇帝と対立するようになる。そこへ馮太后の意を汲み取った部下が献文帝を殺害。そして第 7 代皇帝には孝文帝(生没 467-499、在位 471-499)が就くが、彼はまだ幼い。そのため馮太后が最高権力者として君臨する。馮太后は中国史上最初の女帝となるが、後世の女帝のように混乱を招いたわけではない。反乱を治め、均田制(民に田地を分与する)、三長制(戸籍を明確にする)などの改革を実施し、中央財政と地方財政を分離するなどして、北魏の中央集権化を推進していく。ちなみに、この「均田制」は隋、唐に受け継がれ、そして遣唐使によってわが国にも伝えられた。

ともあれ、馮太后は種を播き、花を咲かせ、これから実が成ろうとする 49 歳で病死する。実る秋を実現させたのは孝文帝であった。孝文帝は、政策については馮太后の路線を引き継ぎ、文明的にも、文化的には漢化を深めていった。文化的漢化とは儒教に則ることであり、儒教に則るということは礼を重んじることで、礼を重んじるということは服装をキチンとすることである。貴族や官吏は定められた通りの服装をして威儀を正すことが基本であり、逆の裸にちかかったり乱れた服は野蛮なことと、白い目で蔑む。これが「文化」であった。

また、戦いに強い狩猟遊牧民族も、定住すると農耕の方がより生産性が高いことを知る。それ故に生産を上げて民を豊かにしたいと思う皇帝なら、「漢＝農耕文明」に同化しようと努めるのであった。とくに孝文帝時代には北魏は全盛期を迎えるが、残念なことに、彼もまた 33 歳で崩御する。その後の北魏は下り坂を転げ落ち、やがて東西に分裂した。

そんな北魏について、巨匠井上靖が散文詩を書いた。

北魏という北方からやって来た民族の正体はよく判っていない。四世紀に国を樹てて、大同に都し、あの大きな雲崗石窟を鑿っている。百年にして洛陽に遷都し、ここでは龍門石窟を営み、そして六世紀頃消えている。本当に消えて跡形もないのだ。そうした北魏の形見を一つ選ぶとなると、それはおしやれな交脚の弥勒さまということになる。脚を十字に交叉した殆ど信じられないような近代的な姿態は、ふしぎに雷鳴、碧落、隕石、そんな天体に関するものを連想させる。星座にでも坐っているお姿かも知れぬ。当然のことながら、この弥勒さまはその民族と運命を共にし、星の如く飛んで、散乱し、また消えている。消えるほかなかったのだ。だから日本にも伝わって来ていない。 —「交脚弥勒」—

### 3. 私訳『齊民要術』

北魏は 5 世紀末から 6 世紀初にかけて雲崗や龍門などの巨大な石窟寺院を造るなど、唐代とならぶほど仏教を信奉した。そんな北魏の形見として詩人は「交脚弥勒」を選んだ。

しかし、われわれ江戸ソバリエは『齊民要術』を採るだろう。なぜなら、その著書は華北を主とした「中国農業全書」であり、かつ**麵類についても記している最古の「中国料理書」**であるからだ。

『齊民要術』— 日本語にすれば「庶民の必要な生活の技術」といったところだろう。

内容は、耕種総論、耕圃作物、園圃蔬菜、農家暦、果樹、栽植樹、養蚕、染料作物、畜産、畜産加工、酪農、養魚、水菜、酒造、調味料、肉調理法、穀食、漬け肉、漬物、飴、南方の物産などについて解説し、いずれの記事に関しても、『詩経』『周礼』『礼記』『爾雅』『管子』『呂氏春秋』などの古籍百余の博引傍証に努め、そのうえ実地調査や農民の諺、あるいは自らの実験成果などを援用しているという。

**なかでも、われわれ江戸ソバリエが興味をもつのは、「雑説」に述べられている蕎麦の栽培法と、第八十二「餅法」後半に披露された「水引、餠飴、切麩粥、麩麩、粉餅、豚皮餅」と名付けられた、様々な穀類を用いた現代でいうところの麵・粥・餅類の製法である。**

このころ、わが国は欽明天皇期、百済から仏教が伝来したころである。そんな時代に様々な粉食が作られていた記録があるかと思うと、ただただ驚くのみである。

著者の**賈思勰**<sup>かききょう</sup>という人については、北魏の「高陽郡太守」という役にあったということ以外、生没年も、出身地も判らない。ただ、北齊の魏収という人が編纂した北魏の正史『魏書』(554 年、559 年刊)の「列伝第六十」などに登場する賈思伯・賈思同兄弟と同族ではないかとみられている。もしそうだとしたら、思伯・思同兄弟の出身地が山東省益都であるところから、思勰もその可能性が高い。とすれば、山東省の賈氏という有能な一族が当時の

朝廷で活躍していたことがうかがえる。そういう眼で賈氏を見れば、“一族”であるからには財政的にもそこそこの階級であっただろうし、その財政を潤した源として私的農園を有していただろうことも想像できる。

考えてみれば、均田制を実施して着実な生産を確保するために実地的指導者としての勸農官吏が必要となってくるだろう。そうしたとき、北魏の朝廷は賈氏一族のような豪族を求めたにちがいない。

賈一族の一人であった思勰も当然、自ら山野に赴き、使用人を指導しながら農作業および食材加工を経験し、何よりも研究熱心で、農の何たるかまで熟知する人物であった。

そんな賈思勰が『齊民要術』を撰した年は確定していないが、勸農政策下の北魏末か東魏の代の、530-540年ごろと推定されている。

ということは、北魏12代孝武帝か、東魏高氏の治世のときということになる。

恐らく思勰は、滅びゆく母国を前にして、鬼のような眼をして記録を続けたのではないだろうか。そんな思勰の姿を想うと、われわれはある種の畏れすら抱きたくなる。

その『齊民要術』が1500年の時空を飛翔して、いま手元にある。

物好きなわれわれは「餅法第八十二」に記されている法を試してみようかと話し合ったのだった。

なお、わが国では、寛平年間(889-898)に藤原佐世が撰した「日本国見在書目録」の中に「齊民要術」の記述があり、早くから伝来していたことが知られる。

## Ⅱ. 試作の前提

試作は次の条件を設けて実施した。

- ・材料、道具、調理方法については齊民要術に記されたものを基本とする
- ・道具については、当時のことを記述した資料にあたり、出来るだけ当時に近い形態のものを用いる
- ・写本により差異がある事項については「齊民要術今釋(石聲漢校釋 1958 科學出版社刊)」に基づき、より原文に近いと思われるものを採用する
- ・齊民要術に記述がなく、独自の解釈で行った箇所については、その内容を明記する
- ・齊民要術に記述された箇所と、独自の解釈の箇所については書体を別にして記述する

## Ⅲ. 試作報告

以下、水引・餠飩・切麩粥・麩麩・粉餅・豚皮餅の順に試作結果を報告する

参考：『魏志倭人伝』（岩波文庫）、岡崎文夫『魏晉南北朝通史』（東洋文庫）、川勝義雄『魏晉南北朝』（講談社学術文庫）、司馬遼太郎『草原の記』（新潮文庫）、井上靖『井上靖全詩集』（新潮文庫）、西山武一・熊代幸雄訳『齊民要術』（アジア経済出版会）、石聲漢校釋齊民要術今釋（科學出版社）、賈思勰撰『齊民要術』複数写本