

江戸蕎麦ものがたり
蕎麦搔、搔けた
〔蕎麦 = 閉鎖的 ➡ 開放的〕

江戸ソバリエ協会
理事長 ほしひかる

☆はじめに

昔は二つの蕎麦観があったようです。

一つは、蕎麦は貧しい食べ物。

二つは、蕎麦は贅沢な食べ物。

前者につきましては、ソバリエの Kn さん(93 歳)の少年のころのお話です。

腹が減ったと親に言いますと、蕎麦粉が入った茶碗を手渡され、子供たちは熱湯を注して箸で手早く搔きまぜ、適当に練り上げました。当然ダメだらけですが、それに醤油を付けて、今でいえばおやつ感覚で食べたものです。ただ蕎麦は季節物ですから季節はかぎられていましたけれど、こういう体験から蕎麦は貧しい人の食べ物という印象をもっています。そして当時、付ける醤油は地元産でしたが、今となっては美味しい故郷の味です、と言われます。

後者は、深大寺「門前」の店主 As さんのお話です。

子供のころお寺(深大寺)さんの蕎麦切は贅沢な食べ物に見えました。その影響からわれわれ庶民は蕎麦粉が少しでも入っていれば、「蕎麦」とよんで喜んで食べたものです、とおっしゃいます。

ところで、この「蕎麦粉が少しでも入っていれば、蕎麦」ということですが、筆者が思いますに、今日では、地方の蕎麦でも割合を「七三」とかの数字で表現しますが、そうするようになったのは、江戸式の「二八」という蕎麦打ち法が入ってからのことです。それまで地方は、明確に割合や繋ぎという概念はなくて、適当に蕎麦粉を混ぜていたと思われます。ですから実際は三割でも「蕎麦」と言っていたのです。そして、いつごろから小麦+蕎麦を打っていたかというのは、朝鮮の僧元珍が東大寺の僧侶に教えたと伝えられているのが、1624~43 年といわれていますから、庶民に伝わったのは、その 50 年も 100 年も後のことでしょう。

とにかく、この二つの蕎麦観はあちこちで耳にすることですので、その代表としてお二人の話をご紹介します。

蕎麦搔=庶民の食べ物の印象

蕎麦切=上層の食べ物の印象

しかし、なぜ蕎麦搔=庶民、蕎麦切=上層の印象があるのでしょうか。考え

てみますと、蕎麦掻を作るのに技術はいりませんが、蕎麦切はそれなりの技術が必要です。その技術差から社会的格差感覚が生まれたのかもしれませんが。

ただ、時代が変化した現在では、そんな差別・区別は聞かれなくなり、昔話となりました。ですが、蕎麦の食べ物として、**蕎麦切**と**蕎麦掻**は**兄弟**みたいに存在していたことは間違いありません。

☆蕎麦掻の存在

蕎麦研究家の先達である**植原路郎**と**新島繁**の調べによりますと、1) 蕎麦掻は全国で見られる、2) その蕎麦掻は次のように分類できるようです。また当然ながら呼び方は地域によってまちまちでありました。その呼び方の多さが庶民性を表していると思います。それを見てみましょう。

I. 蕎麦掻のみ

福岡・岡山・福井・山形・秋田・岩手・青森：カイモチ
新潟・宮城・青森・北海道：ソバネリ
長野・岩手：ケエモチ：
鹿児島：カッソマ
長野：タテコ
山梨：カッコ、ソパネリクリ：
千葉：ソバネッケ
青森：カッケ

II. 蕎麦掻＋野菜など

鹿児島：ソマゲ　蕎麦掻＋薩摩芋
佐賀：ハンゲツ　蕎麦掻＋薩摩芋
三重県(志摩)：ネリゲ　蕎麦掻＋薩摩芋
岐阜：キラズダンゴ　蕎麦掻＋おから
山梨：オネリ　蕎麦掻＋南瓜
福島(会津)：ツックルミ　蕎麦掻＋黍
岩手：キジソバ　蕎麦掻＋おから
青森(五戸町)カブカイモチ　蕎麦掻＋カブラ
蕎麦柿　熟柿汁＋蕎麦掻。(伊勢貞丈『安斎漫筆』)

III. 蕎麦掻＋味噌汁または雑炊

岡山(吉備中央)：ソバズリ　蕎麦掻＋
群馬(中之条)：ソバネットウ　蕎麦掻＋
新潟(佐渡)：ソバベットウ　蕎麦掻＋
青森(五戸)：シルカエモチ　蕎麦掻＋
以上から蕎麦掻料理も三種類があるといえます。

IV.ただ植原は、蕎麦掻には、蕎麦の種類から**田舎系**と**さらしな系**があるとしています。

VI.また蕎麦掻は、**地方**ばかりではなく、**都**でも見られました。

1)『料理山海郷』(1749年)の著者博望子^{はくぼうし}は京・東山の料理茶屋の主人といわれていますが、素性は不明です。

食べ方は、白湯を沸かして椀に入れ、蕎麦練りを卵ぐらいの大きさに取って、湯に浮かして出す。香頭(薬味)は蕎麦切に同じ、汁は鰹を水出しして、その後に醤油を加えて加減するとあります。現在の蕎麦掻と同じようです。

2)江戸料理を完成させた「八百善」四代目栗山善四郎の『江戸流行 料理通』(1822年刊)には、多くの蕎麦料理が記載されていますが、その一つに四季精進味噌吸物として、蕎麦練り・若大根薄打ちのというのがあります。つまり、これは前述のⅢ.蕎麦掻+味噌汁または雑炊の部類に入る物でしょう。

かように、蕎麦掻は田舎の子供から、京や江戸の高級料亭まで蕎麦切と共に広く愛された食べ物だったようです

なお、資料には、蕎麦餅、蕎麦団子というのもあります。これも蕎麦粉食品で広義では蕎麦掻食品の中に入り、蕎麦切とは一線をひく物ですが、ここでは狭義の蕎麦掻のみをご紹介します。

☆蕎麦掻の源泉

蕎麦麵は中国南宋から、京の大寺院に伝来しました。いわゆる【寺方蕎麦】です。それが室町後期あたりから「蕎麦切」といわれるようになり、江戸に伝わってきってから【江戸蕎麦】に生まれ変わりました。、つゆはかつての垂れ味噌から出汁の効いた江戸のつゆへ変化し、現在にいたります。それに付随して、薬味も多種から三、四種(練馬大根、千住葱、奥多摩山葵、内藤唐辛子)に絞られ、蕎麦湯ですら蕎麦湯だけから蕎麦湯+つゆへ、食器は木椀から笹と蕎麦猪口へ変化したことは、これまで度々述べてきたことです。

でしたら、蕎麦掻の変化も当然あったとみるべきでしょう。

まずは、麵類史研究家の伊藤汎の研究をご紹介しますが、すでに室町時代には次のような広義の蕎麦掻が存在したことが明らかにされています。

1468年「ソバカユイモチ」『山科家礼記』

1489年「蕎餅」『蔭涼軒日録』

「ソバカユイモチ」「蕎餅」共に蕎麦粉食品です。つまり広義の蕎麦掻であることにまちがいありません。こうした蕎麦餅も中国伝来の食べ物でしょう。筆者がソバリエの仲間と中国貴州・雲南省を訪れたとき、韃靼蕎麦餅などを食べました。この食べ物の詳しい由来は分かりませんが、総じて蕎麦食文化は中国発とみるのが道理だと思います。

また、伊藤の研究では「蕎麦」の初出は1438年『蔭涼軒日録』です。

「蕎麦」1438年と、「ソバカユイモチ」1468年は、わずか30年の差ですから、どちらが早いということではありません。15世紀の半ばには、日本の大寺院で蕎麦食品(蕎麦掻、蕎麦切)が点心料理として食されていたということでしょう。これを総じて【寺方蕎麦】というようになりました。

話によく聞く比叡山などの修行僧が、蕎麦粉を携帯して山に入るということも【寺方蕎麦】と無縁ではないわけです。

また、ずっと後世の話ですが、植原路郎が、**円覚寺**(鎌倉)管長朝比奈宗慶師から聞いた蕎麦搔の作り方を紹介していますが、この蕎麦搔も【寺方蕎麦】と同じ流れでしょう。

ー 4人分ぐらいを作る。鍋に湯を沸かし1人が蕎麦粉を振り入れる。他の1人が太い箸で一気に搔くが、もう1人が鍋を押さえる。**大根下し、葱、海苔**などを器に入れて、杓文字で蕎麦搔を分けて入れる。ー

ただ、円覚寺の場合、汁がどうなっていたのかは紹介文からは見えません。しかしながら、**寺方蕎麦が垂れ味噌**で食されていたことは史料から分かりますから、蕎麦搔も修行以外、寺社においては同様の形で食されていたと思われます。

モノの見方としましては、**寺方蕎麦は閉鎖的**でしたが、**江戸蕎麦は開放的**といえます。寺方蕎麦は、決まった人が、決まった場で、決まった時に食べる、**閉鎖的食事**でした。それゆえに蕎麦切も蕎麦搔も保守的形態のままでした。

しかし、それが**地方**に伝わったときと、**江戸**に入ってきたときに、**開放的**になりました。共に、決まった人が、決まった場で、決まった時に、ということとはなくなるのです。まず、地方へ伝わって庶民流の食べ物になれば、堅苦しい型は破られます。次に、江戸では食べ物がお金を払って手に入れる「商品」になると、これもまた金の力で**開放的な食べ物**となるのです。

※ [蕎麦搔・蕎麦切 = 閉鎖的 ➡ 開放的]

☆蕎麦搔の変遷

繰り返しますが、寺方の蕎麦切が江戸の職人の工夫によって、**商品**という新たな価値をもつ蕎麦、すなわち【江戸蕎麦】として生まれ変わりました。蕎麦湯も薬味も食器も江戸式に生まれ変わりました。

蕎麦搔はといいますと、小型の漆の木桶にお湯を張り、そこへ蕎麦搔を浮かしました。その蕎麦搔は柿の葉型で、葉脈のような筋もあります。

先述の、「Ⅱ. 蕎麦搔+野菜などの一つである**蕎麦柿**(熟柿汁+蕎麦搔)」や、「Ⅲ. 蕎麦搔+味噌汁または雑炊」の影響から考案されたのでしょうか。それでなくとも、江戸式は**型**と**粋**または**洒落**を重んじます。子供が掻きまわした食べ物では商品になりません。出したとき、お客がオッと思うような食べ物でなくてはなりません。もちろん汁は、江戸蕎麦のつゆか、関東の濃口醤油です。そして、植原が分類したようにさらしな粉の蕎麦搔もあり、その絹のような柔らかな触感に客は感嘆して、楽しんだことでしょう。これが江戸の蕎麦搔だったのです。



変わらざる【柿の葉型蕎麦掻】まつや



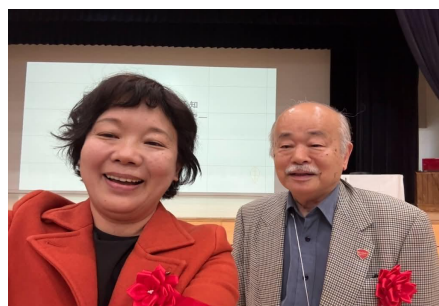
変わる【蕎麦掻】一東庵

☆今日の蕎麦掻

明治維新になりますと、江戸文化は危機に見舞われました。政府の脱亜入欧政策により、飲食業界は洋食一流、和食二流となり、蕎麦などの和食の地位が落ちたのです。とうぜん蕎麦掻も忘れ去られてしまいました。

そんなときに、柳宗悦が手仕事の美を訴える“民藝運動”を展開し始めました。続いて蕎麦界でも、食評論家の長谷川青峰や老舗の有志が手打ち蕎麦復活を志し、次いで片倉康雄が新たな蕎麦グループを立ち上げ、蕎麦界は一気に手打ち蕎麦に転換しました。

そこへさらなる新風を吹かせたのが、作家の島村菜津氏が紹介したスローフード運動でした。スローフードの要点の一つに地産地消の考え方があります。



【島村菜津さまと】

昔の江戸時代は、必然的に地産地消でした。しかし現代の流通システムは昔と比較にならないほど広範囲です。そうした環境のなかの地産地消と昔の地産地消はまったく景色がちがいます。つまり、昔は江戸産しかありませんが、現代では全国から食材が集まります。そこで蕎麦店は“産地表示”をするようになりました。やがてそれは味覚のうえでの産地別比較が可能になっていきます。

こうなりますと、蕎麦の出番です。どういうことかといいますと、蕎麦と小麦(うどん)を比べますと、蕎麦の香り成分は、小麦と倉べものにならないくらい多いのです。そうしますと、蕎麦は蕎麦だけを食べても美味しいのですが、小麦(うどん)は汁や具の援^{たす}けが必要となります。したがって、蕎麦の場合は産

地別というのが面白くなってきます。かくて、蕎麦店は一斉に産地表示に踏み切り、蕎麦の味を前面に打ち出すようになりました。

そうしますと、蕎麦の味を引出す**弟の蕎麦搔**も、**兄の蕎麦切**同様に魅力ある食べ物となったのです。

☆産地別食べ比べ会にて

そうした点において、意欲的な蕎麦会が開催されました。

令和8年2月〇日、関東の蕎麦職人5名が、九州博多へ赴いて九州産六種の蕎麦粉を打ってお客さんに味わってもらおうというものです。

馳せ参じたのは、東京東十条「一東菴」の吉川邦雄氏、東京上落合「green glass」の関根美德氏、千葉鴨川「打墨庵 加瀬」の加瀬啓輔氏、神奈川鎌倉「北橋」の北橋悠人氏、東京大森「蕎麦や もりいろ」の土屋匡史氏、それに今回の会場となった博多大濠公園の「蕎麦 木曾路」の宮崎猛氏、ならびに六名の奥様方(女将)です。皆さんは、これまでも生産者さんとの交流を続けてきた仲間です。

対する九州の蕎麦産地農家さんは、五島市の寺脇文弥氏、宮崎県高千穂町のおたに家(株)・今村康薦氏、唐津市の見帰り桃源郷・田中智夫氏、佐賀市の友田農園・友田勢士氏、対馬市の対馬市農業振興公社・瀧本一光氏、うきは市の農事組合法人大里の春・後藤一善氏です。ほとんどが関東で口にすることは稀な九州の在来蕎麦です。この六種の蕎麦を使って、六名の蕎麦職人が、蕎麦切、蕎麦搔、各々のつゆ、さらに一品と日本酒をお客様に楽しんでもらおうという会です。

今日の蕎麦店さんは、日ごろから美味しい蕎麦を目指し、手刈り、天日干し、自家製粉を心がけて、自ら畑に立つ人もおられます。そしてほとんどが産地別食べ比べをメインとするお店ですが、今日の会では打ち手が変わると、どうなるかがお客側としてはお楽しみというところですよ。

生産者さんたちは皆さん、安心して健康的な食と農を念頭に、美味しい蕎麦の栽培に取り組んでいますから、緑肥や牛糞堆肥使用の無農薬栽培です。そのうえで蕎麦は毎年味が違うので、その年の自然がつくり出した味を楽しんでもらいたい。また同じ種子でも、地区、栽培、乾燥法などによって違う特質となり、それぞれの良さがあるとおっしゃっています。

そもそも栽培蕎麦は中国南部が起原地です。そこから大陸を北上し、朝鮮半島を経由してわが国の対馬に伝わったのが縄文晩期です。それが九州北部に上陸して、日本列島を北上したのですから、九州の栽培蕎麦はいえ**ば**原始の蕎麦の**香り**をもつものと思います。それゆえに、対馬在来原種を守り、また各地の在来種を守る活動を続けておられることは尊いことです。なかには九州の蕎麦店が協力して九州蕎麦会を開催したいと言われる方がいらっしゃるのも**宜なる**かなと思います。

振り返ってみますと、近年の蕎麦界では蕎麦の美味しさの基準に変化が見られます。それまでは喉越しや腰こしという触覚とつゆの旨味が蕎麦切の美味しさの形でしたが、十数年前ごろから、それに加えて蕎麦そのものの味覚が前面に出

てくるようになりました。それがため彼らは自ら畑に立って素材の根源を感じ取り、製粉から蕎麦の打ち方、茹で方、盛り方を工夫して蕎麦切の最高の姿がお客様の口に入ることを願うようになりました。

かつて高度成長期の蕎麦界では、自家製粉、手打ち蕎麦の革命が起こりました。その人たちはニューウェイブ派(第三世代)とよばれましたが、今日の彼らは身体や自然に優しく美味しい蕎麦を目指しています。いわば第四世代の蕎麦職人たちといえるでしょう。

こうした、第四世代の人たちの動きは、蕎麦の味覚からいって原点回帰的なもの、ゆえにその蕎麦搔は日本の蕎麦の極みだと思います。

☆更科堀井 四季の会にて

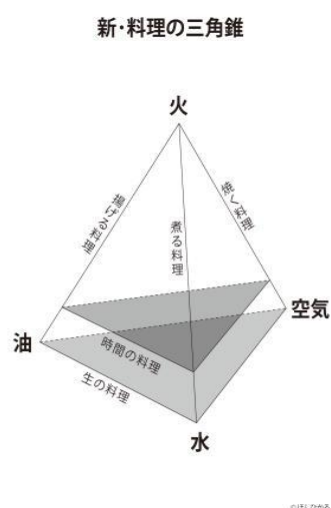
一方では、まったく反対の開放的な動きも可能になります。

それが次に延べます更科堀井四季の会の御献立に見られる蕎麦搔です。

もともとこの会は江戸ソバリエ・レディースセミナーとして出発しましたが、総本家更科堀井様のご協力によって、平成 27 年(2015 年)から更科堀井四季の会～更科蕎麦と江戸東京野菜を味わう～として始まりました。

料理を考案するのは、料理研究家の林幸子先生、料理は更科堀井の河合料理長です。

以前に筆者は、『小説から読み解く和食文化』の中で【新・料理の三角錐】を図示したことがありますが、更科堀井の会の御献立から抜粋した蕎麦搔は、生・煮・揚・焼に、さらには硬・軟や、他の食材との組み合わせなど、自由な発想の世界に通じる創作料理になっています。



- ・内藤南瓜の蕎麦搔**雑煮** 西東京産芯取菜添え（平成 27 年 10 月）
- ・金町小燕昆布出汁煮と蕎麦搔の**素揚げ**（平成 28 年 2 月）
- ・八王子産筍の蕎麦搔**鴈擬**の八丈島明日葉と海老添え（平成 29 年 4 月）
- ・内藤南瓜**更科蕎麦搔**（平成 30 年 10 月）

- ・蕎麦搔と東京独活の辛子酢味噌和え（令和元年 5 月）
- ・内藤南瓜と蕎麦搔の重ね（令和元年 10 月）
- ・明日葉とトロロのゆる蕎麦搔（令和 4 年 6 月）
- ・滝野川牛蒡入り蕎麦搔山椒添え（令和 4 年 10 月）
- ・蕎麦搔独活汁粉（令和 5 年 3 月）
- ・千住葱のまるごとスープ蕎麦搔浮き実（令和 6 年 2 月）
- ・寺島茄子と蕎麦搔の蒲焼き（令和 6 年 8 月）
- ・粗挽き蕎麦搔 愛の寺島茄子サンドフライ（令和 8 年 7 月）



〔蕎麦搔独活汁粉〕



〔千住葱のまるごとスープ蕎麦搔浮き実〕



〔寺島茄子と蕎麦搔の蒲焼き〕



〔粗挽き蕎麦搔 愛の寺島茄子サンドフライ〕

こうして、蕎麦搔ですら、閉鎖的から開放的へ、さらに現代はもっと自由な発想で追求するなかで、変わらざるものと変わるものがあることも事実です。

それにつけても、林先生の料理を見て筆者が思うに、もはや「蕎麦搔」(名詞)という逸品ではなく、「搔き」(動詞)という料理法があるのではないかと想えることです。つまり拙論の【新・料理の三角錐】に、“生”、“時間”、“焼く”、“煮る”、“揚げる”料理の他に“搔き”という料理法を加える日がくるのかもしれませんが、ただし、『日本書紀』にも掲載されている日本最古の料理法として“和える”、また粉物の世界には“練る”という料理法がありますから、これらをふくめた分野に光を当てればますます独創性が増すのでは！と思います。

参考：名店の蕎麦搔の一部ご紹介



〔薬味たくさん〕 おしん



〔薬味山葵〕 ひら山



〔ほとんどスープ〕 一東庵



〔焼き蕎麦掻〕 国分寺菊谷



〔つゆの中の木の葉〕 たかさご



〔浮かした頭につゆ掛け〕 吉田家

参考

*ほしひかる筆「関東の蕎麦職人が打つ、九州産蕎麦食べ比べ会～ 第四世代の蕎麦職人たち ～」(『蕎麦春秋』 vol.77 筆者掲載より)

*ほしひかる著『小説から読み解く和食文化』(アグネ承風社)

以 上