

日本人の香辛料受容に関する研究

ー エスニック料理のスパイスを中心に ー

秋 野 晃 司 (女子栄養大学栄養学部教授)

1. はじめに

現代の食生活において、新たに加わった料理は、「エスニック料理」である。一般にエスニック料理とは、中国料理、韓国料理、欧米の料理を除いたアジア・アフリカ・中南米などの料理をさしている(石毛 1995b)。

エスニック料理への関心は、1980年代の初期にはじまり、海外旅行者の増大、食のグローバル化等によって、1980年代後半には、エスニック料理店の増加に見られるように、人々の関心が顕著になっている(竹内 2001)。

このエスニック料理を象徴する食材は香辛料(スパイス)である。一般に、香辛料とは「食品に香味を加えるために用いられる、香りまたは刺激性のある植物」と定義されているが、本稿では、ハーブを除いた乾燥植物のスパイスを主な対象としたい。

一般にスパイスは、食物の臭みを消したり、防腐剤、あるいは料理に香りをつけるために利用されてきた。世界各地で産出されたスパイスは、大航海時代以降、各国に広がった。しかし、日本において、唐辛子などにみられるように、海外からもたらされたスパイス類が、日常の食生活に受容されるまでには、長い歴史的時間を必要とした。

本稿においては、熱帯地域の「エスニック料理」に焦点をあて、これらが現在の食生活のなかで、どのように受け入れられているのか。特に、多くの日本人が、東南アジア、アフリカ、中南米

の国々に出かけるようになったが、この生活体験は食生活へどのように影響しているのかを検討した。また、エスニック料理に使用されているスパイスの受容のあり方について考察した。

2. 研究方法

日本において、エスニック料理がブームになったのは、1980年代である。これ以前より、日本の伝統的家庭料理のなかで、比較的多く使用されてきた香辛料は、胡椒、七味唐辛子、わさび、からし、山椒、生姜、ラー油、にんにくである。一方、エスニック料理では、インド料理、タイ料理などに使用されている、カレー粉、ナツメグ、シナモン、クローブ等があげられる。そこで、エスニック料理とそのスパイスに焦点をあて、エスニックレストランなどの外食行動や、エスニック料理の家庭への受容について、アンケートやヒアリング調査等のサーベイ調査を行った。

アンケートの調査対象集団は、①栄養・調理を短大・大学で学んだ人で料理に関心が高いと考えられる人、(以下調理系大学出身者と総称する。)②アジア・アフリカ・中南米を中心に、海外生活が2年以上ある人、(以下長期海外経験者と総称する。)③特に調理を大学等で学んだことがなく、また長期の海外生活をしたことのない人(以下一般と総称する。)の3グループの計1760人を対象にした。

アンケート回答数は①265人、②347人、③419人、総数1031(58.6%)人であった。

回答者の性別は男性14.5%，女性59.7%，無回答25.7%である。また，世代は20代から60代を中心にした（10代0.3%，20代11.7%，30代29.9%，40代29.2%，50代24.1%，60代4.3%，無回答0.6%）。

回答者の家族構成は，単身者15.1%，夫婦16.9%，夫婦と15歳以下の子供世帯25.9%，夫婦と15歳以上の子供世帯17.7%，その他24.4%である（15歳以下の子供の有無を分類したのは，子供に対し，辛みの強い香辛料の使用頻度を知るためである。）。

さらに，回答者の中国・韓国・欧米を除いた海外旅行経験は，旅行経験のある人は56.5%，無い人が42.3%，無回答1.2%であった。

アンケート調査は，地域，世代，性差，海外生活などを考慮し，2001年8月に実施した。

3. アンケート調査の概要

3.1 香辛料の利用

家庭で常備している香辛料の数は，11～15個

（37.3%）が一番高く，ついで6～10個（34.3%），16～20個（17%）であった。各家庭は，比較的多くの香辛料を常備している。

調理に多く使用している香辛料は，①胡椒，②生姜，③わさび，④にんにく，⑤七味唐辛子等で，比較的日本料理で利用されている香辛料の割合が高い（図1参照）。

そこで，一般に伝統的な日本料理で使用する胡椒，生姜，わさび，からし，山椒，七味唐辛子，ラー油，にんにくを除いた香辛料の利用調査では，①カレー粉（ウコン，クミン，コリアンダー，唐辛子などがはいったカレーをつくる香辛料が正確であるが，ここでは一般的に使用されているカレー粉で調査した），②月桂樹，③ナツメグ，④シナモン等が利用されている（図2参照）。

香辛料の使用目的は，①料理に風味あるいは香りをつけるが最も高く，つづいて②食欲増進・身体活性化，③料理に辛みをつける，④薬味として使用する人が多い（図3参照）。

風味や香りをつけるために使用と答えた人が多

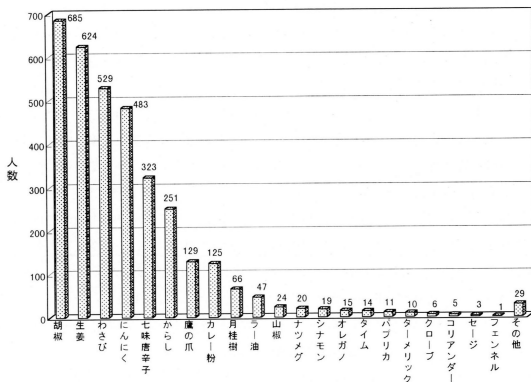


図1 調理で多く使用している香辛料

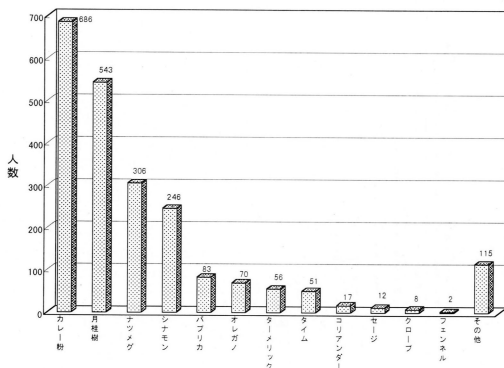


図2 日本の伝統的な香辛料以外でよく使用する香辛料

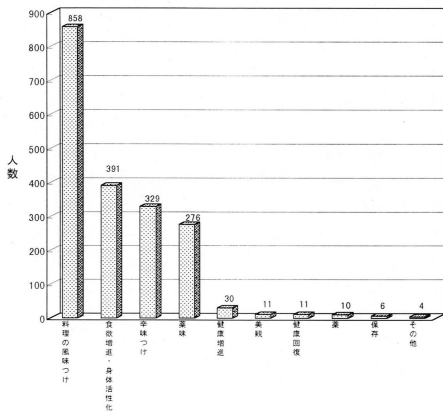


図3 香辛料の使用目的

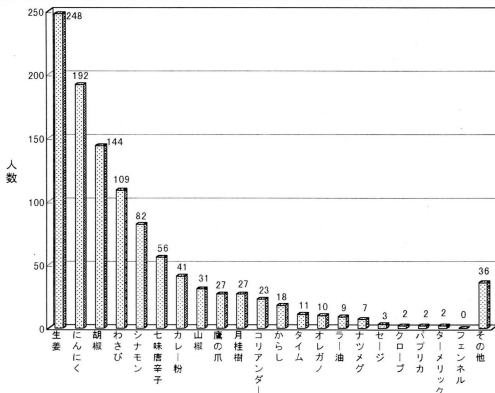


図4 最も好きな風味や香りの香辛料

いわけであるが、最も好きな風味や香りの香辛料は、図4にみられるように、①生姜248人、②にんにく192人、③胡椒144人、④わさび109人、⑤シナモン82人の順であった。シナモンを除いて、一般に伝統的な日本料理あるいは家庭料理に使用されている香辛料が、望ましい風味と考えられている(図4参照)。

3.2 エスニック料理の内食(家庭)への受容

エスニック料理への関心は、1980年代の初期にはじまり、熱帯地域への海外勤務や海外旅行者の増大、エスニック料理店の増加、メディアによるエスニック料理の紹介が盛んになり、1980年代後半には、人々の関心が顕著になった。

アンケート調査によると、エスニック料理を家庭で料理する人は全体の397人(38%)で、そのうち長期海外経験者が49.1%、調理系大学出身者22.7%、一般28.2%という割合になっている。長期海外経験者は、海外での食生活の知識を生かして、エスニック料理を日常の食生活に取り入れていることがうかがえる。実際の料理において、

「エスニック料理の素」を使用している人は301人、使用しない人92人、無回答4人であった。エスニック料理の場合、調理の簡便化の傾向がみられる。

さらに、香辛料の入った異民族料理の素を使用して料理する人の割合は、利用する人が394人(38.2%)、利用しない609人(59.1%)、無回答28人(2.7%)であった。そして、どのような異民族料理を使用しているかの調査では、①トムヤムクン(222人)、②インドカレー(217人)、③ビビンバ(184人)、④ココナツミルク(164人)、⑤生春巻き(155人)、⑥タイカレー(150人)、⑦ナムル(112人)、⑧チゲ(102人)などが人気を集めている(図5参照 複数回答)。

また、15歳以下の子供に対して、スパイスを減らしたり、使用しないなどの考慮の割合は、27.9%の人が加減している。他方、加減せず使用している割合は7.4%である(無回答64.7%)。加減して使用するスパイスは、①わさび、②からし、③七味唐辛子、④鷹の爪、⑤胡椒が代表的なもの

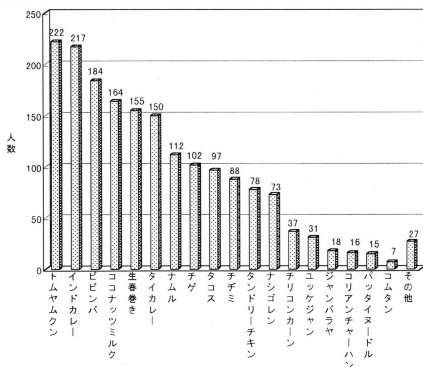


図5 異民族料理の素の利用

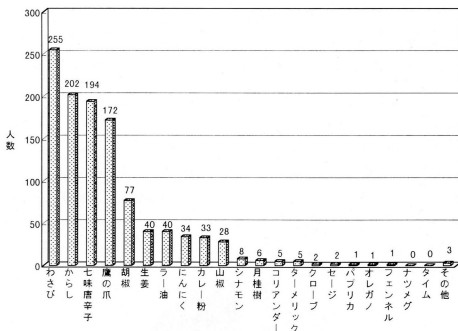


図6 15歳以下の子供に対し加減する香辛料

である(図6参照)。

なかでも、唐辛子の辛さに対し、子どもが強くなっていると考える人は15.3%, 変わらない11%, 弱くなった3%, その他70.7%で、やや強くなったと答えた人が多い。また、季節によって唐辛子を食べる量が増えているかどうかの調査では、寒い季節によく食べる人は17.6%, 暑い季節によ

く食べる人が11.3%, どちらとも言えないが69.1%, その他2%であった。

さらに、家庭内で性別による辛みの嗜好で、差がみられるかどうかの調査は、男性がより好むと答えた人が30.6%, 女性と答えた人は10.7%, どちらともいえない48.4%, その他10.3%であった。

また、スパイスを多く使用する料理は、①カレー

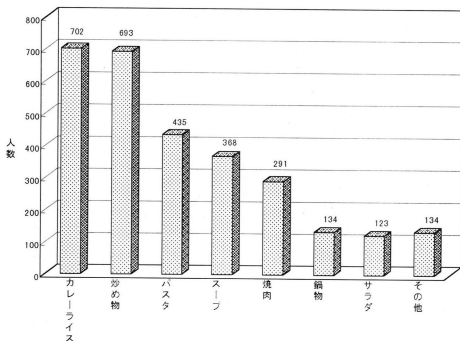


図7 香辛料をよく使用する料理

ーライス, ②炒め物, ③パスタ, ④スープ, ⑤焼肉が主なものである(図7参照)。

以上のことから, 家庭の食生活では, 伝統的な日本料理で使用されているスパイスが好まれている。15歳以下の子供がいる家庭では, わさび, からしなどを減らす傾向がみられるが, エスニック料理の香辛料は, まだ使用頻度も少ないため注意をはらわれていない。

3.3 エスニック料理店(外食)の利用

エスニック料理店の利用の頻度は, 一般は1年に1回13%, 月1回11%, 1年に2回9%, 利用しない54%などが高い。調理系大学出身者は, 1年に2回14%, 1年1回13%, 月1回9%で, 利用しない人が55%である。長期海外経験者は, 1年に2回10%, 年1回9%, 月1回8%, 利用しないが17%である。

この傾向をさらに検討してみると, 一般は短期海外旅行などの海外経験があると, 利用率が高く

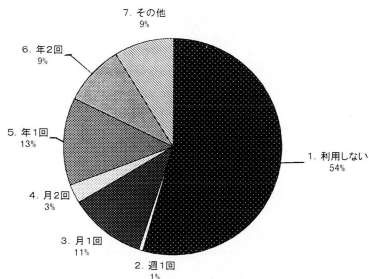


図8 エスニック料理店の利用(一般)

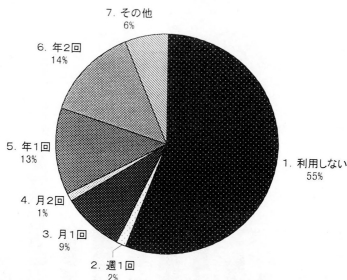


図9 エスニック料理店の利用 (調理系大学出身者)

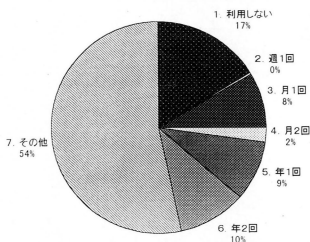


図10 エスニック料理店の利用 (長期海外経験者)

なる (利用率61%)。調理系大学出身者も同様の傾向を示している (利用率56%)。すなわち海外経験の有無がエスニックレストランの利用率に影響している (図8, 9, 10 参照)。

長期海外経験者は、利用率は高いが、頻繁に利用してはいない。日本におけるエスニックレストランは料理値段が高いことと、日本人の嗜好に適合するように調理しているため、違和感をもつ人が多い。それゆえ、日常的に利用するまでにいたっていない。

性差によるエスニックレストランの利用は、女性が多い。世代別では、30代、40代の利用が顕著である (図11, 12 参照)。

また、エスニック料理のイメージは、①スパイシー、②熱帯の国、③おいしい、④スタミナ増進、⑤庶民的などが、多くの人のイメージである (図13 参照)。

4. おわりに

現代の食生活において、外来のスパイスがどのように受容されているのかを検討してきた。

特に、1980年代初期に、人々への関心が広がったエスニック料理に焦点をあて、これらの料理が日常の食生活のなかに、どの程度取り入れられているのか、また使用されている香辛料はどのような食材なのかについて、調査研究を行った。

その結果、エスニック料理を家庭で料理する人は、アンケート回答数1031人の38%が日常の食生活のなかに取り入れている。特に、長期海外生活経験者の半数以上の人は、家庭料理の一つとして調理しており、受容の割合が高いことを示している。

彼らは、海外で身につけたスパイスの風味に高い関心をもっている。

しかし、日常の食生活においては、日本料理に使用している生姜、ニンニク、胡椒などが多く使用されており、料理の風味としても好ましいスパ

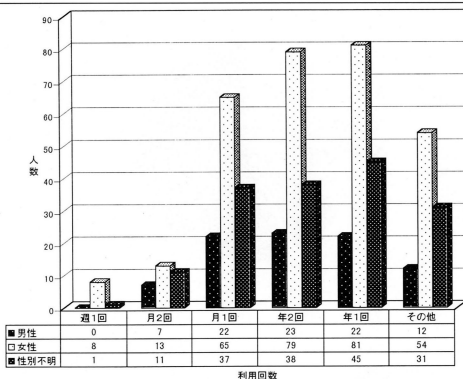


図 11 性別によるエスニック料理店の利用

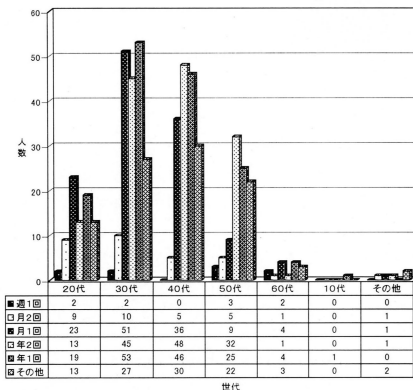


図 12 世代別エスニック料理店の利用

イスである。エスニック料理で使用されるナツメグ、シナモン、オレガノなどは、長期海外経験者で、30代、40代の人が多く好み、彼らの食生活のなかにとりいれている。

家庭での料理形態は、「異民族料理の素」を利用

している人が多く、調理の簡便化の傾向がみられる。タイ国のスープ、インドカレー、韓国料理の素材は人気が高い。本稿では、韓国料理はエスニック料理のカテゴリーから除外したが、韓国料理が日常の食生活に浸透している傾向が表れてい

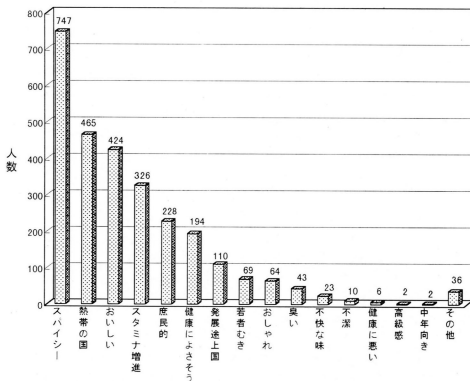


図13 エスニック料理のイメージ

る。

また、伝統的な日本料理で使用する胡椒、生姜、わさび、ニンニク、からし、山椒、七味唐辛子、ラー油を除いた香辛料では、①カレー粉、②月桂樹、③ナツメグ、④シナモンの順で多く利用されており、その頻度は高くなってきている。

日本の1980年代における新たなエスニック料理の普及は、多様なスパイスを受容することになり、料理、嗜好において食文化の多様化、グローバル化をすすめた。そして、エスニック料理に使用されている香辛料は、日常の食材というより、非日常の食材として、現代の食生活にメリハリを与える役割をになっている。

参考文献

- 1) AVANELLE DAY, LILLIE STUCKEY, 1964 『THE SPICE COOKBOOK』, DAVID WHITE COMPANY
- 2) アマール・ナージ 著, 林 真理 奥田祐子 山本紀夫 訳 1998 『トウガラシの文化誌』 晶文社
- 3) E&F-B.ユイグ 著, 藤野邦夫 訳 1999 『スパイスが変えた世界史』 新評論
- 4) 石毛直道・鄭大聲 編 1995a 『食文化入門』 講談社
- 5) 石毛直道 著 1995b 『食の文化地理一舌のフィールドワーク』 朝日新聞社
- 6) 岩井和夫・渡辺達夫 編 2000 『トウガラシ(辛味の科学)』 幸書房
- 7) 大森正司 安田順子 加藤みゆき 小幡弥太郎 著 1980 『食生活におけるスパイスの役割』 『大妻女子大学家政学部紀要』 16号
- 8) 奥村彪生 1998 『全集日本の食文化 第五巻 油脂・調味料・香辛料』 雄山閣
- 9) 加藤純一 著 1998 『現代食文化考現学』 三嶺書房
- 10) 桐島龍太郎 著 1966 『スパイスの本』 婦人画報社
- 11) 斎藤和子 著 1998 『香辛料の特性と食文化との関わりについて』 月刊『家庭科教育』 72号, 家庭科教育社
- 12) 斎藤浩 著 1995 『スパイスの話』 柴田書店
- 13) シェルドン・グリーンバグ/エリザベス・ランバート・オーティス, 1984 『THE SPICE OF LIFE』 ハウス食品工業株式会社
- 14) JILL NORMAN, 1991 『THE COMPLETE BOOK OF SPICES』 DORLING KINDERSLEY LIMITED
- 15) JOHN W.PARRY 著 林淳三, 長谷川忠男 訳 1974 『スパイス(上)』 建帛社
- 16) 竹内美代 著 2001 『日本食文化における唐辛子受容とその変遷』 『生活学』 ドメス出版
- 17) 藤井俊子 著 1984 『香辛料の知名度, 使用度, 嗜好度について』 『家政学研究』 61号, 奈良女子大学家政学会編

- 18) 峰弘子 稲田祐子 著 1984「スパイスに関する研究 (第1報)」, 1985「スパイスに関する研究 (第2報)」 1996「スパイスに関する研究 (第3報)」『松山東雲短期大学研究論集』
- 19) 三雲泰子 石川寛子 著 1987,「江戸料理本にみる香辛食品利用の調査研究」『山脇学園短期大学紀要』25巻
- 20) 茂木美智子 新井貞子 森幹男 著 1993「香辛料・香味葉の選択と利用に関する研究」『東横学園女子短期大学紀要』28号 米子市と首都圏における調査の計量的分析
- 21) 山崎春栄 著 1994『スパイス入門』日本食糧新聞社
- 22) 山崎峯次郎 著 1973『香辛料Ⅰ』エスビー食品株式会社
- 23) 山田憲太郎 著 1994『香料の歴史』紀伊国屋書店
- 24) 吉田よし子 著 1988『香辛料の民族学』中公新書

Research on Acceptance of Spices by Japanese People-Focusing on Acceptance of Ethnic Cuisine

Koji Akino (Department of Nutrition Sciences, Kagawa Nutrition University)

Spices are ingredients that are indispensable to our dietary life. In particular, a great diversity of spices were brought into Japan from all over the world, starting in the era of the great explorers that began in the 15th century.

This paper is an account of research focusing on ethnic cuisine from Asia, Africa and Latin America (excluding those from China, Korea, Europe and America), for which people's interest began to expand from the early 1980s. This study addresses the questions of 1. To what extent were these cuisines incorporated into our daily eating habits? ; and 2. What kind of ingredients are the spices that are used in these cuisines?

The study results on people who prepare ethnic cuisine at home showed that 38% of the 1,031 respondents to the survey incorporate such cuisine into their daily eating habits. The ratio of acceptance is particularly high among respondents who had spent a long time living overseas, over half of whom answered that they prepare ethnic dishes as part of their home cooking.

In addition, spices other than pepper, ginger, wasabi (Japanese horseradish), garlic, mustard, Japanese pepper, *shichimi togarashi* (a mixture of red pepper and other spices), and chili oil, which are used in traditional Japanese cuisine are being used often. These include, in order of frequency of use, 1. curry powder, 2. bay leaves, 3. nutmeg, and 4. cinnamon.

Along with the internationalization that took place in Japan in the 1980s, new ethnic cuisines and a wide variety of spices were welcomed. The globalization of Japanese eating habits continues today.