

# 日本料理における「あえもの」について（第2報）

— TV料理番組テキストにみる「あえもの」 —

大久保 洋 子

## I. はじめに

日本料理におけるあえものに対して、前報にて「家事教科書に収録されているあえものについて」と題して、その材料と組合せ、種類および調理操作などを分析して「あえもの」の定義づけを試みてきた。また、時代による「和え衣」に変化が見られたことと合わせて、種類について伝承されているものと、新しく出現してきたものとの相違などを明らかにして、学校という場の生徒を対象とする「学校教育におけるあえもの技術伝承」の流れをみてきた。

今回は、すでに「あえもの」について、ある程度の技術を持ち、日常生活においてその技術を活用している主婦を中心に、いわゆる一般人を対象とした「社会教育の場におけるあえもの」についての検討を試みた。

資料としてテレビにおける料理番組のテキストを選び、「あえもの」に対する扱いをみることで「あえもの」の時代的变化を検討した。社会教育のひとつと考えられるテレビを通してのメリットは限られた一部の人々ではなく、不特定多数の全ての人々を対象としていることであると考えられる。そこで全国にネットワークをもち、新聞などに比較して料理の取り上げ方がより沢山ある、NHKの「きょうの料理」を取り上げた。そして副菜として重要な役割をもつ「あえもの」が昭和30年代から今日まで統計的にどのような変化をしたかを検討した。

## II. 方 法

NHKテレビ番組「きょうの料理」のテキスト創刊号の昭和33年5月号～昭和34年4月号を33とし、昭和37年以後5年毎を選び、平成4年迄を用いた。すなわち37, 42, 47, 52, 57, 62, H4として表示した。なお37以降は1月号～12月号のテキストを用いた。

## III 結果および報告

我国のテレビ放送は昭和28年（1953）2月1日NHK放送が最初で、同年8月には日本テレビが開局している。

NHKの料理番組は家庭婦人を対象として当初月曜日から土曜日まで毎日15分間「ホームライブラリー」という番組中で週1～2回行なわれている。そして昭和32年11月4日より「きょうの料理」として10分間の独立番組となり、今日まで34年間続いている長寿番組である。放送のねらいは旬の材料をとりいれ、各階層の人々に受け入れられる「おそうざい」ということで編集され、はじめは材料5人前の単位で行なわれている。ちなみに現在は4人前でここに家族数の変化という時代の移りを感じる。この番組は好評だったため、昭和34年には放送時間が15分となり、37年には再放送がはじまっている。この年テレビ受信契約は一千万台を突破し、文字通りテレビ時代になったといえる。38年には放送時間が20分に拡大され、49年には現行と同じ25分となり、

表1 年代別「あえもの」の採録数と種類数の割合

年	33	37	42	47	52	57	62	H4
採録数	17	15	19	61	46	37	68	70
種類数	14	7	13	36	27	28	48	45
割合(%)	82	44	70	59	59	77	71	64

さらに再々放送もはじまっている。そしてテキストの創刊は昭和33年(1958)で5,6月号の合併号として発刊され、定価は100円、発行部数10万部という状況であった。(図1)その後テレビ番組の人気に答えて発行部数は増大し、100万部をこえ昭和52年にはテキスト全頁カラーとなり、さらに写真効果をねらってB5判となり、現在は発行部数は約110万部といわれている。但し、12月号は正月料理特集のため、それ以上の部数が毎年発行されているという。<sup>2),3)</sup>

#### ① 年代別「あえもの」の採録数と種類の割合について

昭和33年(5月~34年4月)、37年、42年、47年、52年、57年、62年、平成4年と約5年毎に区分して表1に示した。本調査における「あえもの」は「〇〇あえ」「\*\*のあえもの」と表示されているものを選び、その採録数と種類数の割合を示した。なお「クッキング相談」や「有名人の自慢料理」的なものは省いてある。また、中国料理名が明記されているものも除いてある。採録数、種類数ともに62年から高い値を示している。他の料理数に対しての割合ではないので一概には言えないが種類数が40種以上も記載されている。時代背景が飽食の時代になり、生活にゆとりがみられ、料理にも多彩さが要求されてきたことと一致すると考えられる。

#### ② 「あえもの」の種類出現状況について

「あえもの」の名称は内容的に同じと思われるものでも作者により、異なるものがある。また「和え衣」による名称が多いが、和え衣の主材料をどうみるかで「ごまあえ」になったり、「ごますあえ」になったりするため、本表ではこのような場合は「ごまあえ」としてまとめている。黒丸は前年区分のテキストになかったものである。47年で高い値を示しているのは、43年よりテキストも一部カラー版になり、内容も豊富になったことが一因と考えられる。また時代的にも料理教室などが流行し、飽食の時代の幕開けとも重なっている。

右欄の「計」における数値のうち8,7を示しているものをみると「ぬた」「酢味噌和え」「胡麻和え」「胡麻酢和え」「木の芽和え」「芥子和え」「菜種和え」「おろし和え」「白和え」であり、記載数の上位5つをみると「胡麻和え」41、「芥子和え」30、「おろし和え」27、「ぬた」24、「白あえ」18となりこれらは前報の教科書の中での最も日本料理として伝承されているものと一致する。従って時代が変わって多種多様な「あえもの」が作られていく中で、やはり着実に伝承されているものがこれらの「あえもの」ということができる。我々はこれらの「あえもの」を大事に伝承しながら、新しい「あえもの」にも対応して若い人の好みにあう「あえもの」を創造していくことが望まれる。「あえもの」の種類の内容を見ると教科書には、ほんのわずかしき取り上げられていなかったマヨネーズやドレッシングを和風にした「あえもの」

表2 年代別「あえもの」の出現状況

あえものの名称	年	33	37	42	47	52	57	62	H4	計
ぬた, 酢味噌あえ		●	○	○	○	○	○	○	○	8
胡麻あえ, 胡麻酢あえ		●		○	○	○	○	○	○	7
木の芽あえ		●	○		○	○	○	○	○	7
辛子あえ, 辛子味噌あえ		●	○		○	○	○	○	○	7
落花生あえ		●				○	○	○		4
いそあえ		●			○					2
紅葉あえ		●								1
菜種あえ, 黄金あえ		●	○	○	○	○	○	○		7
みどりあえ		●							○	2
白炒あえ		●								1
おろしあえ			●	○	○	○	○	○	○	7
白あえ			●	○	○	○	○	○	○	7
まさごあえ			●							1
梅肉あえ			●		○	○		○	○	5
しら酢あえ				●		○			○	3
卯の花あえ				●	○	○		○		4
ずんだあえ				●	○	○	○		○	4
粉節あえ, 土佐, おかか				●			○		○	3
たらこあえ					●	○		○	○	4
三味あえ					●					1
くすみあえ					●				○	2
わさびあえ					●	○	○	○		4
ともあえ, きもあえ					●	○	○	○	○	5
うにあえ					●	○		○		3
納豆あえ					●		○	○		3
ケチャップ酢あえ					●					1
韓国あえ					●					1
酢醤油あえ, 千草あえ					●					1
芥子マヨネーズ, 胡麻						●	○	○	○	4
生姜酢あえ						●	○		○	3
蒸しあえ						●				1
昆布茶あえ						●				1
菊花あえ, 甘酢あえ						●		○	○	3
けしあえ						●				1
味噌ドレッシング, 梅							●		○	2
白味噌あえ, 味噌あえ							●		○	2
黄身酢あえ							●			1
三杯酢あえ								●	○	2
れんこんあえ								●		1
昆布あえ								●		1
五色あえ								●		1
胡麻風味あえ								●		1
さっぱりあえ								●		1
のりあえ								●	○	2
オレンジあえ								●		1
柚香あえ								●		1
イクラあえ								●		1
醤油あえ									●	1
ヨーグルトあえ									●	1
かすあえ									●	1
南蛮あえ									●	1
香りあえ									●	1
辛みあえ, 豆瓣醬あえ									●	1
腐乳あえ									●	1
あえもの				●	○	○	○	○	○	6
(54種)		10	9	10	27	23	20	28	30	

が52年57年から出現し、その後各資料に記載されていることは和洋折衷が52年頃から本格化してきたことを意味している。また教科書との取り扱いの違いをも見ることが出来る。

### ③ 調理過程の中での「あえる」操作の位置づけについて

「あえる」という操作を調理過程のどこで行なうかについて見ると表3のようになる。「あえる」という操作は材料と和え衣の最終的な調理を表現するものであり、従って出来上がった料理を「あえもの」として扱う。「和える」操作を行なってから、すぐ供さないと材料から水分が出て味の低下を引き起こすことがあるため、一般にその注意点として「供する直前にあえて出す」ことがあげられる。本資料中には、その「あえる」という操作が「味をなじませるために時間をおく」という方法と「調理中にあえる」という本来の仕方とまた材料と和え衣を別々に置き、「食卓で供しながらあえる」という3つの操作上の違いを示していることがみられた。表中の(直前にあえる)の項目はレシピの中で特別にことわりをいれてあるものを示している。このように供されるまでの過程であえることがいつ行なわれるかに幅の広がりが見られる。「直前にあえる」とわざわざレシピに表示しているものの割合は、47年頃からあらわれ増加していく傾向にある。「あえものは直前にあえる」という認識が常識であれば表示をする必要はなく、こと

わらなければならないということはその常識が崩れつつあるとも考えられる。

「時間を置く」の場合どのような材料のあえものかをみると、材料の下処理の熱いうちに和え衣とあえて冷やす、20分おくなど時間を置くことで味をなじませることを目的としているもので、「即席づけ」などに手法が近づいていると思われる。

このように近年の「あえもの」は下処理した材料と和え衣を「供食直前にあえるもの」を主としながらも、その調理法の幅が広がっている傾向にあるといえる。

### ④ 材料の組み合わせについて

材料の組み合わせと種類について平成4年の資料をもとにしたものを表4に示した。これによると1～5種類の組み合わせが見られ、3・4種類の占める割合は前報の24%に対し、今回は37%と高い値を示した。しかし、1～2種類の組合せは63%と大半を占めているが多種類の材料を組み合わせる傾向も見られると言える。

組合せ種類内容をA～Lの食品群に符号化してみると前報と同様に野菜類が断然トップを示している。2位は前報では魚介類であったが本報では獣鳥肉類になった。前報のあえ物材料の獣鳥肉類は0であったことを考える伝統や基本の伝承を主目的とする教科書に対して、常に半歩先を先取りしていくテレビを通しての社会教育のありかたの違いがあらわ

表3 調理過程の中での「あえる」操作の位置づけ

調理過程 \ 年	33	37	42	47	52	57	62	H4
なじませる時間をとる	0	0	0	5	3	3	8	8
調理中にあえる	100	100	100	94	97	84	84	86
(直前にあえる)	(6)	(0)	(0)	(8)	(10)	(18)	(19)	(10)
食卓であえる	0	0	0	1	0	3	6	6

表4 H4資料における材料の組み合わせ

1種類	30%	H(15) D(2) E(1) B(1) J(1)
2種類	33%	DH(6) EH(5) HH(2) CH(2) KH(2) LH(1) BK(1) IH(1) BJ(1) LL(1)
3種類	23%	EHH(4) EJH(2) DHH(2) CBH(1) BHH(1) CKH(1) DFH(1) DDH(1) AHH(1) EBH(1)
4種類	11%	EKHH(2) JKHH(1) EHHH(1) CDHH(1) EBHH(1) CJHH(1)
5種類	3%	BCKIH(1) DLHHH(1)

A 穀類      B 芋類      C 豆類      D 魚貝類  
 E 獣鳥肉類    F 卵類      G 乳類      H 野菜類  
 I 種実類      J きのご類    K 藻類      L 果実類  
 H \ 78    E ↑ 17    D \ 15    B, K \ 8    C / 7    J \ 5  
 L \ 4    I → 2    A → 1    F / 1

表5 「あえもの」の材料分類

年	33	37	42	47	52	57	62	H4
魚介類	いか(2), 鰯 白魚 鰻, 焼竹輪 芝海老	ぐじ, 鮪, あさり 白す干し, 小鰻, 鯛 あおやぎ, さんま	白す干し, ひこいわ し 芝海老	白す干し, 芝海老 あおやぎ, ふな, 鰯 いか(6), 貝柱, くらげ(2), あさり 干し海老, 小鰻 どじょう, 鰻の干揚	塩鮭, あんこう, 鰻 たらのこ, たにし 鮪, いか(4), 鯖 蒲鉾, 竹輪, さざえ あおやぎ(2), かき 糸口, 鰻のひらき, くらげ(2), 赤貝 いわし(2), まつぶ貝, みる貝	さより, いか, まで貝 蒲鉾(2), 赤貝 白身魚, あおやぎ (2)	いわし(3), 小柱 鮪(2), さしみ 芝海老(2), 赤貝 たこ(2), はまぐり いか(7), イクラ あさり(3), 貝柱 鮪(2), あなじゃこ さつま揚げ, かじか	桜えび(2), いか 鰻, くらげ, 海老 大正海老, 白す干 し さいまきえび, 赤貝 こだい, たこ(2) するめ, 糸かき蟹 とり貝
獣鳥肉類	さらし鮪, 鮪, 豚肉	レバー, 鶏肉, 豚肉 砂肝,	ベーコン, 鶏手羽 肉	鶏手羽肉 鶏ささみ(2)	豚挽き肉, 鶏もも肉 コロ(鯨肉), 鶏皮	ハム(2), 鶏ささみ 鶏肉(3), ハム 牛薄切り肉	牛肉, 鶏むね肉, 豚肉(2), ハム 豚ヒレ肉, 鴨 鶏ささみ(4)	鶏肉(6) 焼豚, 牛肉(5) ふたにく(4)

れていると思われる。

獣鳥肉類の内容を表5に示した。33年に鯨が見られるがその後は見られず、鶏、豚肉が用いられ、57年から牛肉が用いられるようになっていく。表6に材料としては一番多く使われている野菜について示した。きゅうり、

葱、大根、わけぎなどが初期から用いられており、ピーマン、アスパラガス、オクラが52年、サニーレタスやブロッコリーが62年と材料に洋野菜が顔を出している。結果、内容の多様性を伺うことができ、このことはあえ衣の変化に結びついているのではないかと考えられる。

表6 「あえもの」の材料分類

年	33	37	42	47	52	57	62	H4
野菜類	たけのこ(3), 大根人參, きゅうりうど(4), 葱さやえんどう(2)もやし, ふき	三つ葉(2), 小松菜わけぎ, うど(2)そらまめ, 長茄子さやえんどう, セロリせり, 葱, きゅうり生姜(2), 芽じそれんこん	胡瓜(3), よめなわけぎ(2), セロリ絹さや, うど, 人參つくし(2), ふき大根(2), 筍, 木の芽, こねぎ菊のり	三つ葉(3), セロリうど(4), キャベツ胡瓜(12), わけぎ大根(4)筍(3)人參(6), ぜんまい春菊(3), みょうが摘み菜(2), 白菜蕨, 小茄子, 菜の花オランダ豆, 山うど青葱(2), わさびトマト(2), 京菜あさつき(2), 山菜長葱, たらば, こごめほうれんそう(2)枝豆, 木の芽, 大根青じその葉, 生姜(3)れんこん	胡瓜(4), ぜんまいキャベツ(2), セリ人參(6), 玉葱青葱(2), オクラわけぎ(4), 春菊ふき(3), ビーマン葱(2), ほうれん草大根(5), トマト三つ葉(4), 筍百合根(2), 梅干し生姜(3), ちしゃ軸紅たて(3)グリーンアスパラガス青じその葉, 菊のりさやいんげん赤とうがらし	大根, わけぎ(3)芽かんぞう(春菊)人參(3), 春菊せり(2), もやしさやえんどう(2), うど(6), 小松菜ほうれん草(2), 胡瓜(4), 菜の花葱(2), ちしゃとうあさつき(2), いら三つ葉(2), いら草生姜(2), ずいき葉つき生姜, 野沢菜玉葱, 貝割れ菜芽たて, 蓮根, 枝豆とうもろこし	みつば(3), 菜の花小松菜(2), パセリキャベツ(2), 牛蒡大根(4), 細ねぎほうれん草(4), 筍トマト(3), ふき胡瓜(10), 菊菜わけぎ(3), オクラレタス(3), 青じそ白菜(2), ビーマンあさつき(3), 葱玉葱(2), 野沢菜漬春菊(4), ぜんまいもやし(4), 紅たて人參(7), 穂じそ隠元(2), 紅生姜セロリ(2), 青葱生姜(6), ザーサイ香菜(3), 茄子三つ葉の軸サニーレタス京人參, カリフラワーちしゃとうブロッコリー, かぶの葉(2), ラディッシュ, さやえんどう, アスパラガス	キャベツ(7), かぶ葱(7), 筍(2)貝割れ菜(5), 茄子菜の花(3), みつばチンゲン菜(3), 蕨トマト(4), レタスほうれん草(2)わけぎ(2), オクラブロッコリー(4), たくあん, 玉葱(3)おかひじき, サラダ菜胡瓜(15), 黄韭青じその葉(3), 大根(3), みょうがザーサイ(2), いら小松菜(2), 紅生姜ビーマン(2), 大葉セロリ(3)かぼちゃ板わらび, せりの芯もやし(2), 菊の花さや隠元(2), 生姜葱(青)(2), 人參(2),

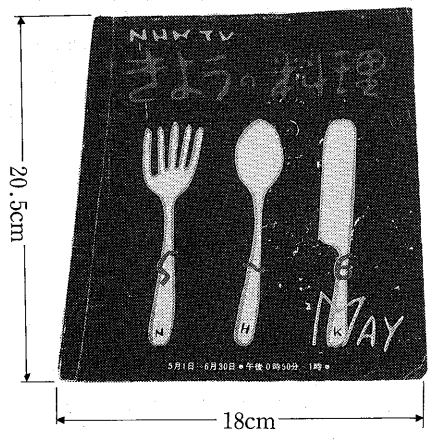


図1 「きょうの料理」創刊号

MAY

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

**5月の料理**

5月の食事のヒント  
いちごと夏みかんを使ったおやつ  
子供ランチ  
茶碗蒸し(肉だんごの卵黄むし)  
オムライス  
葱と鰹菜のおすし  
他の日の料理  
おにぎりのいろいろ  
マダ用の基本ソース  
えび鍋の粕むし  
鶏肉入り卵豆腐  
魚のオレンジ焼  
葱と豚の五目飯

セルフ・サービス・サンドイッチ  
木の芽和え  
薄茶肉団(肉と鰹菜の煮しもの)  
南瓜の皮り合せサラダ  
茶碗蒸し(えびとそらまめのいため飯)  
豚を使って  
ストロベリーパイ  
いちごジャムの作りか  
バナナ  
梅干し(雨天を使った中華風のもの)  
チキンフリカッセ  
豚の照むし  
新じゃがいもを使って  
表 巻 裏

表7 あえ衣によく使われる材料

33年	順位	H4年
酢	1位	酢
胡麻	2位	胡麻油
芥子	3位	胡麻
木の芽 わさび ピーナッツ	4位	芥子
	5位	梅干し

#### ⑤ あえ衣の材料について

昭和33年資料での14種類のあえ衣の中で「酢」「みそ」「ごま」「えごま」「からし」「木の芽」「わさび」「ピーナッツ」「きゅうり」「卵」「ほうれんそう」となり、良く使用されている上位をあげると表7の如くである。これに対し平成4年について同様にみると45種類のあえものの中のあえ衣の主材料は43食品となり、その上位5位をあげると「酢」が1位であり、2位には「胡麻油」となった。この胡麻油は調理の簡便化とも関連し、胡麻あえの代わりに風味で補うといった理由が考えられる。そして「味噌」についてみると非常に少なく上位には入らなかった。家事教科書の場合に、あえ衣の材料の特徴として味噌があげられたが「酢」「胡麻油」「胡麻」に変化していることが明らかになった。従って今後「あえもの」と「酢の物」との区別は益々困難になってくると思われる。このことは「あえもの」の範囲の中に「酢の物」を含ませた方が良く考えられる。

サラダのソース類も醤油や味噌が加えられ

和風化が進んでいる。今後これらをも含めて検討する必要があると思われる。

#### IV. まとめ

- (1) 社会教育の場における「あえもの」を検討する資料として、NHKの「きょうの料理」を用いた。
- (2) 記載数の多いものは「胡麻あえ」「芥子あえ」「おろしあえ」「酢味噌あえ・ぬた」「白あえ」で前報の学校教育の場におけるものとはほぼ一致した。
- (3) マヨネーズ、ドレッシングなどが52年頃から登場し、その後よく取り上げられている。最近では逆にサラダに味噌や醤油が合わせられ、和風化が見られる。
- (4) あえる操作の変化を時間で区分して見ると、本来の調理中に供する直前に和えるが主体であるが、最近では時間を置く場合、食卓で和える場合と広がりが見られる。
- (5) 平成4年の和え物材料をみると組合せ種類数は1～3種類で86%であり、野菜類が多いが前報には見られなかった獣鳥肉類が2位であった。
- (6) 和え衣の特徴とされていた「味噌」は少なくなり、酢や胡麻油がよく用いられている。

#### 〈引用文献〉

- 1) 大久保洋子：本誌，第36集43（1992）
- 2) 荒牧富美江：立正女子短大研究紀要第12集22（1968）
- 3) 日本放送協会：日本放送史（下）（1965）
- 4) 飯田・江原・土井・長山：NHK「きょうの料理」きのう・あす 有斐閣（1988）