

健康文化

## 味の話（2）

金澤 寛明

同じ食べ物を食べて、おいしいと感じる人とそうでない人がいるのは確かだが、好き嫌いがなぜでてくるのかは不可解である。本には、「食べ物の好き嫌いは、地域や宗教、生活環境など様々な要因で形成され、それは知識、経験、加齢など（時に病気など）で変化する」と書かれている。なるほどと思えるところもあるが、どのようにして形成され、またどうして変化するのかという疑問が湧いてくる。すでに母親の胎内で確立されるという話も聞くが、DNA にすり込まれているのかもしれない。

このように非常に難しく、謎も多い味覚を形態から研究しているものの、どうしても形態からではわからないことが多いがそれは当然の話である。それに研究のほとんどは実験動物でなされている。だからラットにヒトが食べて旨いものを与えたとして、本当に旨いと感じているのか、それとも毎日食べている固形飼料の味と変わらないのかは、聞きたいのだけれども答えてもらえない。しかたないので、観察した形態変化にもっともな理由をつけているのだけれども、今日は少しそういう研究の話から離れて味について聞いた話や考えたことを書いてお茶を濁すことで許して欲しい。

### ○新しい料理？

この正月に、吉祥寺でスペイン料理屋のオーナーシェフをしている高校の同級生と新年会をしたときに話題にあがった最近スペインではやっている奇抜な料理？のことを書いておこう。それは大体コースメニューが30皿以上からなり、そのひとつひとつがこんな食べ方は初めてというものなので、世界中の旨いものを食べ尽くしたといったグルメ（？）がやってきて楽しんでいるのだそう。だ。（日本からもその噂を聞きつけてやってくるのだが、途中で寝はじめてしまうことが多くて、不評だそう。だ）。

その中のいくつかをあげてみると、皿の上には、ボイルされた海老につまようじがわりにスポイトがさされて並べられている。食べるときにスポイトの中

の液体を押し出しながら食べて下さいと説明される。液体は、海老の頭や尻尾からとられた出汁で、食べるときに海老を口に含むと同時にスポイトから出汁を押し出すので、美味しい味が口いっぱい広がるのだそうだ。

その2。大きな皿の上に、数本の赤や黄、緑色の寒天が並べられている。これはピーマンなどの野菜をすりつぶされたものが暖かいソースと共に寒天で固められたもの（ゼリーで作ると暖かくて溶け出すので、寒天を使っているのがミソ）。通常であれば、ソテーにして供されるものをわざわざ、すり潰して、それをまた固めて出すという手のこみようだが、どこまで味に関係するのだろうか。

その3。サラダを食べようとする、横に立っていた給仕が、スプレーを客のまわりにはじめ始める。そのにおいは柑橘系のフレッシュなもので、客はその匂いをかぎながら、サラダを食べる。

その4。パエリアを瞬間冷凍しておいたものが皿に載せられ出されてくる。そこに熱いスープがそそがれ、客はスープでパエリアを砕きながらいただくことになる。丁度、シリアルを食べるように。

このように次から次へと変わった食べかたをこなして客は満足げな顔をして帰っていく。料理人は、更に新しい料理を考えるために年の半分を休んで考えているらしい。先頃、日本に来たときには、チーズに日本の羊羹を串に刺して出したそうだが、食べたところ、あんまり美味しくなかったそうだ。

上に書いた料理は、遊びであり、日常の世界からいかにかけ離れて楽しめるかというところに重きを置いていると考えられる。しかし、味は決してその食べ物をもつ「味」物質を味蕾が受容して味情報に変換し、神経が脳に伝え、その情報から脳が味を確定するだけでは無いということを言いたいのもかもしれない。何故ならば、味を得るためには、味物質を感じる今から口にしようとする食べ物を見る目、例えば暖かいものからは湯気が出ているのを見るだろう、さらに色や形からも美味しさが感じられることがある。さらに食べ物を口に近づけたときに（運ばれてきたときからすでに感じるが、さらに）匂いを感じることができる。そして口に入れ、噛んだときの食感、これらすべてが統合されて、「ああ、美味しい海老であるな」と感じることができる。

形や食感を変えることで、本来とは違う驚きをもたらしてくれることはやはり嬉しいことであるかもしれない。

## ○脂肪の味

パリで朝の散歩を終え入ったカフェでモーニングを注文すると、カフェオレに小ぶりのフランスパン（その細さから“フルート”と称されていた）の側面を切り、そこにたっぷりのバターとジャムが塗られたものが出てきた。そのバターの量がかなり多いのだが、やはりバター（マーガリンでなく）は多い方がうまい感じがする。

かなり前から脂肪の摂りすぎはダイエットの敵だとか、健康に良くないと言われるが、味覚方面の最近の研究では、口に入れた脂肪（当然の食べ物に含まれたもの）は、味蕾の近傍に存在するエブネル腺（小唾液腺のひとつ）から出る唾液内のリパーゼにより脂肪酸に分解されて、この脂肪酸を味蕾が感じているという報告がある。教科書的にはリパーゼは膵液に含まれ、唾液にはないことになっているが、ここでいう唾液は、大唾液腺（耳下腺、顎下腺、舌下腺）からのものであり、エブネル腺のものは微量で無視されてきた。

この脂肪（酸）の「味」にはわれわれをやみつきにする報酬効果が持つとされ、マグロのトロやチョコレートを食べ始めたときもっと欲しいと感じ、場合によっては満腹になっても食べ続けるのだと説明されている。なるほど、脂の少ない肉はばさつくので、少しは脂がある方が美味しい。さらに、焼き肉などでは、肉から滴る脂が焼けるとその匂いがまた食欲をさそう。鰻屋の煙も同様のことが言ってよいだろうか。単純に脂肪（酸）の味だけではない複雑系が潜んでいる。

昔読んだパール・バックの「大地」には、祭りの時に、豚の背脂を練り込んだ饅頭が食べられる、と書かれてあったように記憶しているが、これなどまさしく「脂肪の味」を人が好む例にあたるだろう。豚骨系のラーメンスープも脂が無いと物足りないに違いない。

## ○どれだけ食べれば気がすむのか？

同じくパリに行った際、鴨ローストがうまいといわれて連れて行かれた中華料理店で眺めていると、フランス人カップルが注文する量が半端ではない。どう考えても3人前ぐらいあるだろうと思われる量を食べ切ってしまう。確かに鴨ローストはうまかったが、まあ2、3切れ食べれば良いかなという感じを持つのに、彼らは皿に山盛りにされたものを食べている。骨付きの肉を赤ワインをがぶがぶ飲みながらやっている姿からはやはり彼らの祖先は肉食獣だろうかと納得できる（日本人などは、米・野菜などの植物から少ない栄養を吸収しな

くてはならないために腸が長い＝草食動物系。それに比べ、肉食が中心であると体を構成するものに似た栄養を吸収すれば良く、腸は短くてすむようである)。

この話を前のスペイン料理の彼にすると、どうも彼らは外ではもうこれ以上食べられないという寸前まで食べることが喜びであり、家庭内では案外少食なんだそうだ。しかし、スーパーを覗いた時に、肉は塊で売られていることが多く、家庭内で食べる量も多いのではないかと想像される。とすると、食べてもあんまり吸収されない、エネルギー効率の悪い体なのかもしれない。それとも食べるものがあるときに食べておかないと次いつ食べられるか不安に感じる遺伝情報を持ち続けているのかもしれない、狩猟系の肉食獣だから。

### ○今の日本は…

お金を出せば何だって食べられる飽食の時代とも言われているが、本当に豊かな食生活を送っているのだろうか？

この前は妊婦が昼食としてカロリーメイトを食べているのを見かけた。彼女はそれを完全食と思っているのだろうか、新たな生命を育むという責務を自覚しているのであろうか。もう少しまともなものを摂るべきではないだろうか。また、学生が三食ともスナック菓子のことがありますと平気な顔をして言うのを聞いてびっくりしたこともある。グルメになって、食べることを遊びにしろとは言わないが、もう少し食べることを考えられないだろうか。

また、アメリカの BSE 感染牛問題で、牛丼が出せなくなる可能性が出てきたと悩む牛丼チェーンのニュースを見たり（食べられなくなることを危惧して、客がやってきて売り上げが伸びたと聞いている）、スーパーでオクラのパックを手にとって、「毎日、フィリピンから空輸しています」と書かれているのを見るとそこまでして夏の野菜を冬に食べる必要があるかと思ったりする。これらは、生きることの基本である食べることに、経済すなわち、金儲けを持ち込んだことに問題があると考えます。

世界には日々の食べ物が無くて困っている国がたくさんあるが、案外この国ももうすぐ食べ物が無くなり、いろんな意味で貧しくなってしまうのではないかと感じてしまう。皆さんはどう考えているのだろうか。

(名古屋大学医学部助教授・保健学科放射線技術科学専攻)