

辺環境も……」などと押しつけがましく結ぶつもりも毛頭ない。ただ、今でも日々の燦々とふりそそぐ陽の光を浴びながら、大勢の子どもたちに囲まれて暮らす当該の動物のいきいきとした様子を子どももの口から伝え聞くたびに、当時飼育担当であった学生

さんにもその状況を克明に伝えることで、なんとともすがすがしく、そして、心地よく感じる時間を共有させてもらっている。沈黙の日々を過ごしてきた動物がこちらを向いてかすかに微笑んでいる姿が私の脳裏には浮かぶのである。

(東京大学)

温かい食卓を求めて

村田 裕子

今年四月、私は病気で入院生活を送った。自宅近くのS大学病院での入院生活は、設備や看護が行

き届き、まるでホテルに長期滞在しているようにはばらしく快適であった。もちろん、食事もおいし

く、毎食すべてを平らげてしまったほどである。

私が大学で栄養士を目指していた頃は、「病院の食事」イコール「冷めていてまずい」という方程式があった。あれから二十年以上たった今日では、ほとんどの病院で温冷庫というものが導入され、厨房から病室に運ばれるまでの温度差がほとんどないように工夫されている。温かいごはん、温かい煮魚、温かい味噌汁。おいしさの要素として、「温かい」ということが、ことのほかおいしさを感じることを痛感した二週間であった。

先日私はパスタの本を上梓したが、「おいしいパスタを食べるためには、盛り付ける前に、必ずお皿を温めておくこと」という一文を記した。温かいものは温かく、冷たいものは冷たく……。それは料理をおいしく食べるための基本中の基本であると常々

思っている。それを教えてくれたのは、母であった。私が幼い頃、なぜか我が家の日曜日の夕食はステーキと決まっていた。母は、ステーキが焼きあがる前に、必ずお皿を温めていた。

「温かいも、冷たいもおいしさのうち」というのが口癖で、それは昭和三十年代、母が師事していたフランス料理の先生が教えてくれたことであるという。

瀬戸内出身の母は、手間隙をおしまず、いくつもの具材を別々に丁寧に味付けして作るばらずしや、おにしめなど、たくさん料理を教えてくれたが、残念ながら仕事上での出番はほとんどない。ご存知のとおり、このご時勢、女性たちはとても忙しい。ある食品会社の調査によると、女性が一日のうちで料理にかける時間は年々短くなってきたとい



う。そんな女性たちに、料理を作ろうという“やる気”を起こさせるべく、簡単に、短時間で、でも栄養バランスがとれて……というニーズをすべて満たした、テクニクやらレシピといわれる具体例を提案するのが、私の仕事だ。言っておくが、私は企画の内容にズボラとか、手抜きという言葉が入っている仕事は絶対に受けない。いかに簡単であろうとも、短時間で作ろうとも、ズボラに、あるいは手抜きをしようと思つて作るものとは気持ちの上での“温かさ”と一線を画すものだと思うからだ。

「めんどうだと思ひながら作つたら、めんどうな味になる」。京都で精進料理を教へてもらつた和尚の名言である。私は仕事上、人の何倍も料理を作つてゐるが、体調や気持ちが悪著に味に現れてしまうものだということを経験してきた。かぜをひいていたら舌は麻痺して、味はなかなか決まらない。気持ち

がイライラしていたら、どうしても焼き加減や者詰め具合がいい加減になる。それが、体調も万全で集中力が高いと自覚できるときは、たとえ十分で作り上げなければいけない料理でも、「私は天才!」と思へるほどおいしくなるのだ。

“やる気”のあるおかあさんが作つた手作り料理の温かさは、必ずおいしいものとして子どもに伝わる。もしも、デバ地下やコンビニのお惣菜の誘惑に負けてしまつたら……。せめてもの償いにお皿だけは温かく、または炊き立ての温かいごはんとお味噌汁だけは用意して、温かな食卓を作る工夫をしてほしい。作り手の温かな愛情は、万能調味料となる。世知辛い昨今、子どもを取り巻く社会にもそんな万能調味料をひとふりするだけで、温かい環境づくりができることを願う、きょうこのごろである。

(料理研究家・栄養士 ステュディオ・イデア主宰)