連載企画 (日本の食文化⑧)

香辛料と食文化

小 島 和 彦*

全日本スパイス協会 理事
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 1-7-10
山京ビル本館 505 号

(2019 年 4 月 15 日受理)

Food Culture about Spices

Kazuhiko KOJIMA*

Director, All Nippon Spice Association, 505 Sankyo Building
Honkan, 1-7-10, Iidabashi, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0072

(Received April 15, 2019)

1. 香 辛 料 と は

食品の調理のために用いる芳香性と刺激性を持った植物を、一般的に香辛料と呼んでいます。香辛料の種類は 100 以上と言われ、食欲増進、疲労回復、消化吸収促進、強壮、殺菌など人の健康維持に非常に役立っています。香辛料は古くから世界的に流通されているにも係わらず、今現在でも具体的な定義付けがされておらず、その定義は各国でまちまちというのが現状です。

全日本スパイス協会では自主基準¹⁾として、香辛料を次のように定義し、更にこれをスパイスとハーブの 2 種類に分類定義しています。

香辛料とは植物体の一部で、植物の果実、果皮、花、蕾 (つぼみ)、樹皮、茎、葉、種子、根、地下茎などであって、特有の香り、辛味、色調を有し、飲食物に香り付け、消臭、調味、着色等の目的で使用し、風味や美観をそえるものの総称であり、スパイスとハーブに大別されます。

スパイスとは香辛料のうち、利用部位として茎と葉と花を除くものの総称です。ハーブとは香辛料のうち、茎と葉と花を利用するものの総称です。

2. 香 辛 料 の 歴 史²⁾

2.1 世界における歴史

古代エジプトのピラミッド建設にあたって、労働者が大量のニンニクを食べていたことはよく知られた史実で

Fig. 1. (color online). Pepper.

すが、ニンニクは食用というよりは体力をつける強壮剤のような役割を果たしていたようです。

中国では漢の時代、朝廷の官吏が天使に政事 (まつりごと) を奏上するときに、一本のクロウブを口に含んで口臭を消し、吐息を清めるための香薬として用いていました。古代には香辛料は薬として貴重な存在であったと思われます。

その後、中世のヨーロッパでは香辛料を手に入れようとする熱はますます高まるところになっていきます。香辛料は産地である遙か遠くの東洋からヨーロッパに陸路で運ばれ、金銀に匹敵する高価な財宝として、アラビアやベネチアの商人によって取り引きされたのです。数ある香辛料の中でも特に入手が困難だった、コショウ (Fig. 1)、クロウブ、ナツメグ、シナモンなどは、ヨーロッパの人々にとってはまさにかけがえのない貴重品であり、産地の東洋が宝の島のように見えました。

大航海時代を迎え、1492 年イタリアのコロンブスはスペインのイザベル女王の賛同を得て、1504 年までの間に 4 回も大西洋を渡って西南を目指し、絹、金、香辛料などの宝庫であるジパングを含む東洋の国々を探索しましたが、南北アメリカという大陸の壁に阻まれ、それらを手にすることができませんでした。しかしアメリカ大陸固有の香辛料であった唐辛子の発見は、その後の世界の食文化に大きな影響を与えました。一方、ポルトガルのバスコ・ダ・ガマが 1498 年にインド西海岸のカリカットまでの航海に成功し、海路での香辛料の輸送の道を拓きました。スペインでは 1520 年にはマゼランとセ

* E-mail : info3762@ansa-spice.com

Fig. 2. (color online). Clove.

Fig. 3. (color online). Nutmeg & Mace.

ラーノがマゼラン海峡を発見し、太平洋の横断に成功。マゼランはフィリピンのセブ島で戦死しましたが、船団は苦難の末に香辛料諸島（モルッカ）に到着し、彼らが持ち帰ったクローブ（Fig. 2）、ナツメグ、メース（Fig. 3）などの香辛料は莫大な利益をもたらしました。

こうして冒険者たちによって海洋貿易路が開拓され、香辛料が比較的たやすく手に入るようになると、ヨーロッパでは香辛料が薬用としてだけでなく、肉の貯蔵用として一般大衆にまでその利用が広まり、大量に消費されるようになりました。この頃香辛料の栽培はヨーロッパでも行われるようになったのですが、どうしても手に入らないものとしては、コショウ、クローブ、ナツメグがあり、ヨーロッパ各地でその争奪戦が激化し、東南アジアにおけるスパイス戦争に発展していきます。

香辛料をめぐる争いは、16世紀前半にまずポルトガルが産地や交易地を制し、続いてスペインが最強国の一つとして進出し、植民地を次々に獲得していきました。16世紀後半にはイギリスがスペインやポルトガルの領域へ進出しはじめ、この動きと同じ頃にオランダもこの領域を狙い、16世紀末にモルッカ諸島に進出し、印象良く交易を行って現地の人に歓迎され、のちのオランダ

支配の礎を築きました。その後1602年にオランダ東インド会社を設立、ポルトガルの追い落としにかかり、クローブ貿易の支配権を奪いました。そこにイギリスも割り込んできたために、4カ国による植民地の争奪をかけた乱戦状態がつづきました。これをスパイス戦争と呼んでいます。結局、モルッカ諸島は一部を除きオランダの統制下に入り、18世紀までの2世紀近くに及びオランダが繁栄を欲しいままにしました。

こうした栄華を誇っていたオランダを崩したのは、それまで参戦しなかったフランスでした。1770年頃、クローブやナツメグなどの利益を生む苗木をオランダ領から奪い、フランス支配下のフランス島（マダガスカル島）に移植することに成功したのです。その後、移植先はさらに南米、西インド諸島などへ広がっていきました。イギリスもまたクローブやナツメグをペナン島に移植し、さらにアラビア人も入り乱れ香辛料の苗木の移植はいっそう進んでいきました。こうした栽培地の広がりとともに、ヨーロッパ各国による香辛料諸島（モルッカ）の領土化植民地化政策は意味が薄れ、19世紀中頃には原産地より移植地での生産高が増大し、スパイス戦争は自然に終焉を迎えることとなりました。

2.2 日本における歴史

712年に編纂された「古事記」にはショウガか山椒をさすはじかみやニンニク、「東大寺正倉院文書」（734年）には胡麻子（ごま）、そしてほかの文章などにもからし、わさびなどの和風香辛料が登場し、古くから日本でも香辛料が栽培されていたことがわかります。一方、コショウなどの熱帯地方原産の香辛料は、聖武天皇の時代（724～749年）にすでに日本に上陸していたようです。正倉院の御物の中にコショウのほか、クローブ、シナモンなどがおさめられており、いずれも貴重な薬として日本に渡来していたことは間違いないようです。

唐辛子が日本に上陸し、その薬効が明らかになると食品として急速に普及し、江戸時代の後期には薬味として全国に広がっていきました。この薬味とは七味唐辛子のことです。唐辛子、山椒、陳皮など主に7種類のスパイスを混ぜ合わせて作られる、日本独自のミックススパイスといえます。

文明開化もまもない明治5年（1872年）に刊行された「西洋料理指南」や「西洋料理通」の中に、初めてカレーの作り方が発表されました。もともとインド料理であるカレーは、イギリス本国に高級インド料理として伝えられ、次には西洋料理として日本に紹介されました。そして米を主食とする日本では、ごはんに直接カレーをかける、カレーライスという独自のメニューが広まったのです。日本での香辛料の普及は最近だと思われがち

のですが、じつはクローブやナツメグ、クミン、ターメリックなどはカレー粉として、その一部はウスターソースとして、戦前から日本の食卓で消費されていました。

その後、イタリアン、エスニック、激辛ブームなどの食の流行や、海外旅行が盛んになるなど、さまざまな要因が食の多様化を進め、家庭における香辛料（スパイス & ハーブ）の存在もすっかりポピュラーなものになってきています。

3. 香辛料の現状

3.1 香辛料の原料事情

香辛料は農作物ですので、世界各国に広がった産地の気候や自然環境に密接に関係しています。安定的に高品質な香辛料を入手するためには、産地での生態系や持続可能な栽培サイクルの維持にも気を配ることが重要になってきています。環境負荷の少ない栽培方法や開発途上国の香辛料原料を適正な価格で継続的に購入する取り組みが進められています。

また、世界の人口増加、食の西洋化やインスタントフードなどの普及により、今まであまり香辛料を使用していなかった国々での需要が年々高まっており、安定的な原料の確保が今後の課題となっています。

3.2 香辛料の日本の現状

最近の日本では、さまざまな香辛料を楽しむ傾向が見られます。その特徴的な香りから好き嫌いがわかるパクチーがブームとなり、本場のタイでは添え物程度であるパクチーを、大量に使用した料理が好まれ、パクチーの専門店なども誕生しました。

大阪発祥のスパイスカレーは日本人が独自に香辛料を調合したスパイシーなカレーでここ数年のブームとなっています。

また山椒や花椒のしびれが好まれ、中国語で「しび

れ」を表す麻（マー）を食べる活動がマー活と呼ばれていたりします。このようにさまざまな香辛料を日本人が楽しむ傾向が見られますが、欧米と比較すると日本人の香辛料の使用量はまだまだ少なく、これからもさまざまな料理への利用が広がっていくことが期待されています。

4. 香辛料の今後の展開

食品は一次機能（栄養素が生体に対して果たす機能）、二次機能（嗅覚・味覚等の感覚に訴える機能）、そして三次機能（生体調節機能）の三つの機能を持つとされています。香辛料は古くから、様々な三次機能を持つとされ、一部の香辛料は漢方やアールベールの素材としても用いられています。期待される三次機能の一例としては、シナモンの糖尿病予防作用³⁾、ターメリック（ウコン）の肝機能の保護作用⁴⁾などが挙げられます。

一方で、これらの効果・効能に対する科学的なエビデンスはまだまだ解明されていないことも多く、現在でも香辛料の生体調節機能に関する数多くの研究がなされています。

香辛料は調味料として様々な食シーンに登場する素材ですが、その生体調節機能が明らかになることで、人々の健康状態に合わせた香辛料の活用が可能となり、健康の維持・増進に貢献する新たな可能性が期待されます。

文 献

- 1) 全日本スパイス協会ホームページ http://www.ansaspice.com/M04_Spice/Spice.html
- 2) 新装版スパイス & ハーブの使いこなし辞典 (主婦の友社, 2017).
- 3) R. Akilen *et al.* : *Diabet. Med.* **27**, 1159 (2010).
- 4) S.C. Gupta *et al.* : *AAPS J.* **15**, 195 (2013).