

## 《シャーリー・ブース 様 講演》

来年は、私が初めて日本に参りましてからちょうど30年になります。私はたちまち日本の虜になりました。日本との長いロマンスでしたが、このたび日本は素晴らしいお返しをしてくださいました。ありがとうございます。よろしければ、いまから英語でスピーチをさせていただきます。

(以下、日本語訳)

私が初めて日本料理を食べたのは、1976年、ロンドンでのことでした。

私のロンドン北部にある小さなイギリスの典型的なアパートにおきまして、お友達ののぶ子さんがざる蕎麦を作ってくれました。しかしざるなしのざる蕎麦ということで、お蕎麦にめんつゆをつけて食べました。お醤油味とショウガ、そしてネギ、それからお蕎麦の持つ素朴な味わい、これらの組み合わせはいままで食べたことがないほどとてもおいしいと思ってしまいました。そして、日本にいますぐ行こうと決意したわけです。

1970年代のことでしたので、まだ東京でもガイジンというのは珍しい存在だったんです。私の友人のほとんどは日本人でした。そしてその日本人の皆さんから日本の文化、そして日本料理についていろいろなことを教わりました。のぶ子さん、モモセさん、田口さん、そして池田家の皆さまに心から感謝します。日本に来たばかりのあのころ、心躍る新しい発見に満ちた日々で、多くのことを学びました。その後、1980年に私はイギリスに戻りましたが、そこでまた和食を食べたいと思ったところ、そのころのロンドンにある日本食レストランというのは日本からのビジネスマン向けで、値段が高く、そして数も少なかったという状況でした。それで自分で和食の調理を始めたいんですが、やはりあまり出来がよくありませんでした。材料を手に入れるのが難しかったですね。しかし徐々に「日本食こそが日本文化の核である」というふうに私は気付きまして、1986年、いまからちょうど20年前になりますけれども、日本に戻ってきて日本の伝統的なお料理についてドキュメンタリー映画を撮影し始めました。小金井にある三光院という寺院にお世話になり、精進料理を教わりました。そしてそちらの尼僧と一緒にお料理をしました。それから子の権現(ねのごんげん)の山に入ってお餅をついたりしました。またカメラを持って鎌倉の海辺でワカメを採っている風景を撮ったり、あるいはお米の収穫であるとか、長野の山できのこ狩りをしている風景なども撮りました。当時は素晴らしい思い出になっていて、一生忘れることはないと思います。このドキュメンタリーは『Japan Food for the Spirit』(心のための食べ物)というような題名をつけております。この映画の鍵となるメッセージは、日本人というのは料理を作って食べることで自然、そして四季の恵みに感謝し、そして祝っているということ。日本人というのは、食べ物は神様からのお恵みであると認め、それを祝うということを習慣としているということです。この映像はイギリスではテレビで放映されております。日本、そしてイギリスそして両方でインタビューも受け、日本食につ

いて語ってきました。写真3 は私が編集用のコンピュータに向かっているところです。写真4 は、日本時代に自転車にまたがっていた私です。

しかし日本にいた私は、日本の若い世代の皆さんがかなり油っぽく体によくない食べ物も食べているなあ、ということに気がつきました。そしてNHK と共同で、非常にテーマの変わったドキュメンタリーを作りました。これには英語で『沈黙の侵略』という題名をつけたのですが、NHK のほうでは『Japanese Food as Number One』というタイトルで放映されました。この主題は、アメリカ軍による占領のあと日本人の食生活がどのように変わったか、そしてその西洋化した食事によって新たな病気の傾向が増えているということを取っております。あと、皮肉な対象として、アメリカでは、ごく一部の人ですが、伝統的な日本食を健康のために取り入れている人も増えている、ということを書きました。

私は日本に長期滞在をして日本の料理について研究したのですが、週末には東京を抜け出して、千葉県にあるダイトウ院というお寺のお友達のところに行き、精進料理で磨いた腕で皆さんに振る舞って試しておりました。私は豆腐田楽を作りました。それからナスとそら豆の和え物や湯葉巻、高野豆腐の天ぷら、タケノコの団子、それから強力粉で生麩を自分で作ったりもしました。そしてそのお寺のお友達に励まされ、精進料理の教室を開いてはどうかと言われ、「そんなのできないわ」と言う間もなく、教室を開校すると決められてしまいました。写真8 や9 のようなものが教室で作っていた料理です。

1992 年、私はイギリスに帰りました。そのころイギリス人も日本食に興味を持ちだしており、日本食の作り方についてお話をしたり実演をしてほしいと頼まれ、いろいろな教室や実演を行ないました。写真はヤオハンですね。それからたくさんフードショーにも出演しました。そうした努力が実り、97 年に本を出版しようと思い、食品専門の出版社である「グラブストリート」に提案書を持っていきました。

この本を書くのに2 年かかりました。そのころ私はロンドンのNHK でパートタイムで働いており、週のうち3 日間は非常に長時間、番組のプロデューサーとして働き、残りの4 日間で執筆をするという生活でした。そして2000 年、『Food of Japan』をやっと上梓することができました。この本は非常に高い評価を受け、いくつかの賞も受賞しました。そして私はフードライター、そして日本料理の専門家としてデビューすることになったわけです。しかし、そのころから私の新たな苦闘が始まったと言えるかもしれません。というのは、いま私は日本食について話ができる人としてまあ認められてはいますけれども、私の周りには味方が多くありません。たしかに寿司はおしゃれな食べ物となりましたが、日本食の調理の基本的なテクニックや食材はやはりイギリスではまだまだエキゾチックなものであり、自分たちには難しいと思われがちです。ですから、記事を書いたりドキュメンタリー番組を制作したり、あるいはラジオやテレビに出演して日本食について語ってはいるんですけれども、それぞれの機会において私は闘い、勝ち取っていかねばならないという状況です。しかしながら、私は自分のメッセージを伝え、状況を変えていくために日々闘っています。写真は「タイムズ」、「インデペンデント」、そしてBBC が出している『オ

リーブ』という雑誌に書いた私の記事です。奇妙なことに、寿司が人気が出すぎたというか、そのことが逆に障害になっていることもあります。皆さんが「ああ、日本食ね、それは生の魚と寿司ということでしょう?」と思い込んでいるからなんですね。私は「いや、そんなことはないよ」と言ってそして説明します。つまり、日本人が魚を生で食べる理由、それは新鮮な食材の自然な味わいを重んじているからだ、と。そしてお魚について自然な味を味わう最もいい方法は生でいただくことでしょうか? とも言っています。

お魚だけではなく、この基本原則は日本食の調理全体に浸透しています。つまり最高の調理法はできるだけ調理をしないことである、と。料理人の役割というのは、食材の自然の味わいを最大限に引き出すことである、と。そして日本食の場合、使われている調味料もそのことを知るためだけに存在していると私は思います。ダシは特に自然の材料を使って味わいを引き立てるということで、うまみを引き出すためのものです。醤油、柚子、ショウガ、山椒、こういった味わいは非常に微妙な味わいでして、新鮮な食材を圧倒するような強い味のものは何一つない、と。したがって、日本食を作るためにはやはり新鮮な季節の食材というものを手に入れていく必要がどうしてもあるわけですね。

そして、私はここに希望を見出しているんです。というのは、いまイギリスの食文化の中で流行していることと、和食というのがその面でピタリ一致すると思うんです。いまイギリスでファーマーズマーケットや農場直送の農産物、またスローフード運動、さらに現地で生産された新鮮な食材を使いたいということ。日本食は新鮮な食材に頼りますから、こういったことは日本食ブームを後押ししていると思うんです。私はイギリス産の食材を使うことはできると思うんです。それをただ日本風に味付けすべきだと思うんです。イギリス産のグリーンピース、ホウレンソウ、ブロッコリー、カブ、いろんな野菜を日本風に味付けて料理することができます。調理をしすぎず、シンプルなゴマや醤油などで和えるといった調理法でいいと思うんです。あるいは味噌や辛子、醤油、ショウガ、かつおぶし、非常にシンプルだけれども正統派の和食だと思うんです。

日本と同じようにイギリスも島国で海に囲まれておりますので、新鮮な魚を食べることがまたブームになりつつあるんです。私は友達のためにしょっちゅう和食を作っているんですけれども、すごく好評です。いままでホウレンソウの胡麻和えを作るということを考えてこともないと思うんですが、それを一度知ってしまえばもう大好きになります。私がパーティーをするときはヒジキや高野豆腐なども作るがありますが、いつもすぐみんな食べてしまい、残ることは一度もありません。先ほど首相がたいへん押しおられるということでしたので申し訳ないのですが、コンニャクだけはどうもちょっと難しいかな、と。ロンドンの有名な「ズマ」というレストランのライナーベッカーさんという人もやはり同じ意見です。彼はやはり「自分のメニューには加えられない」と。実は彼はパークハイアット東京でシェフをしていたんですが、包丁のスキルを磨くためにコンニャクを切っていたそうです。ですが、イギリス人にはちょっとコンニャクは難しいかな、ということですよ。しかし、明るい面はいっぱいあります。あと、私が和食に関して強調していることは、

食卓での食事の作法に気を使いましょう、ということです。たとえば、食べ物は少なく盛りつけて、一つ一つ別のお皿に入れる。そしてシンプルなデコレーションにして季節感を持たせるということです。お蕎麦で松葉の形を作るとか、そこまではやらなくていいんですが、モミジを1枚添えるとか、そういうことはいいと思います。たとえばグリーンピースを入れたご飯にするとか、春なら桜の小枝を入れてご飯を炊くとか。イギリスにも四季は存在しているわけです。しかしそれを日本人のように食卓で祝う習慣はないんです。

しかし私たちもそうすべきだと思うんです。私は皆さんに言い続けているんですけど、こういったことは決して難しくないんです。というのは、日本食というのは常備食材というのをたくさん使い、これらは乾物が多いので長期保存が利きます。シイタケ、かつおぶし、海藻類とか。あと、日本の調味料や味噌も保存が利きます。私は自分の経験からこういったことをイギリス人に説明して、食材とか調味料、調理の仕方を教えてあげると、彼らはすごく肯定的に反応します。実は私は「アラマク」という国際的な仕出し業者のシェフたちに和食の作り方について基本を教えるというコースをやったことがあります。彼らは非常に経験あるシェフなんですけれども、和食についてはほとんど知識がなく、味噌ということも知らなかったわけです。しかし私が食材について説明していろいろな日本の材料について試食をする機会を提供したところ、非常に楽しんでいました。

そして彼らは自分の厨房に戻って、いろんな和食の味とかテクニックを試して、自分のメニューに「弁当ボックス」を加えたところ、全て売り切れになったと聞きました。

こういった成果を得ることが私にとっても何よりの報酬となっています。次に私がやろうと思っていることは、いくつかの日本食に関する調理のテクニックや食材を示した教則DVDを作ることです。あと、本のアイデアもいくつかありますし、日本の伝統的な食材、湯葉、寒天、高野豆腐、海苔、お蕎麦、味噌、そしてお酒も忘れずに。こういった伝統的な食材についていろいろな映像を作りたいと考えております。

こういった伝統的な食材の作り方は決して忘れられてはならないと思いますし、日本の伝統的な食文化を保存していく一つの助けになりたいと考えております。

最後に皆さんにお願いがあります。先ほども言いましたが、これからもたくさんやらなければならないことがあります。そして私もやりたいと思っています。しかし一人ではできないんです。私には応援が必要です。私はお店もレストランも持っていませんし、ビジネスウーマンでもありません。私はコミュニケーターです。英国と日本をつなぐ橋なんです。ですから今日このような名誉ある賞をいただいて本当に幸せに思います。これを私の新たな出発のきっかけとしたいと思います。私の仕事を日本、そして英国の両面から応援していただいていることを知り、本当に心強く思います。私がイギリス人に伝えているメッセージはすごく簡単で明確です。何回も何回も繰り返しています。「和食を作ることは難しい。それはできる。それは複雑でもないし怖くもない。そして健康的であり、あなたの体によく、そして今日最も必要とされている食べ物だ」と。そして私が日本人の皆さんに告げたいことはこれです。「どうか私を使って何か役に立たせてください。そして私を

助けてください」私たちは協力して、イギリス人に対していろいろな情報を伝えていき、イギリスでもっと日本食を広めていけると思います。そして私が以前本に書いたこんな夢を実現できると思っています。その夢とは。イギリスの平均的なキッチンにはイタリアのオリーブオイルや天日干しのトマトがいまはもう当たり前のように存在していますが、そういうものに並んで和食の食材、味噌、醤油、味醂、梅干し、柚子、山椒、かつおぶし、そして昆布といったものが並んでほしいと思っています。ちょっとコンニャクは難しいかもしれませんが。

Arigatou gozaimashita\_\_