

食いしん坊イラストレーターの

てくてく 畑を歩く

パート 2

イラストレーター

すずき もも

早くも夏の号の原稿を書く時期が来ました。この夏号がでる頃と同じ時期に四冊目の本が出版される事になります（この原稿と同時に本の原稿もかなり大詰めです）。

この四冊目の本のテーマは「北海道産の小麦そしてパン」です。また、春に出た三冊目の書き下ろしの本は「パン好きの毎日〜おいしい食べ方、作り方」というタイトルで出版されました。今年は小麦とパンにまつわる本を二冊出版させていただく年となり、パンについて今まで関わってきた事、感じたことなどをまとめることができました。

「パン好きの毎日」を書くにあたり、広く小麦のことを知ってもらいたいと、見聞して蓄積してきたことの裏付け

もあり、いろいろな資料を参考させていただきました。

今まで北海道の小麦については興味深く、見たり、聞いたり、食べたりしてきましたが、さて、道外はどうなってるのだろう？とか、小麦っていつから日本人は食べていたのだろうか？などなど、いろんな疑問がわき上がってきました。参考にした本の中に農文協から出版された別冊現代農業



参考にした本

すずき もも さん



東京生まれ、北海道育ち

- ・ 広告を中心としたイラストレーション制作の他、出版、雑貨企画、執筆など仕事は多岐に渡っている。
- ・ 食の世界に足を踏み入れ、パンに焦点を絞って立ち上げた「だい好きパン会」は今年で13年目を迎え、小さいながらも充実した活動を行っている。
- ・ スローフードに生活のテーマを置き、「北海道スローフードフレンズ帯広」のメンバーとしてスローフード・スローライフの実践を試みている。
- ・ いつか自然豊かな場所で本や絵を描きながら、野菜や花を育て、暮らすことを夢見つつ。夫と娘の3人暮らし。
- ・ だい好きパンの会 事務局長
- ・ 北海道スローフードフレンズ帯広 事務局

◇著書

「さっぽろおさんぽ日和」(北海道新聞社刊)

「おさんぽ日和 さっぽろ近郊 のほほん旅」(北海道新聞社)

「パン好きの毎日」(ソフトバンククリエイティブ) 2009年4月

北海道の小麦とパン屋さんの本を北海道新聞社より8月中旬に出版予定。

「自由自在のパンづくり」があり、少しご紹介したいと思えます。

この本は私が抱いていた疑問の回答がちりばめてあり、すごく面白い内容でした。コンテンツの中でさらに興味深かったのは

○日本のパン

○ほんとうのパンってなんだ
○日本のパンのルーツ
という三つのページです。

「日本のパン」の冒頭には人類が麦を栽培するようになったのは一万一千年前と考えられ、日本に伝わったのは二千年前と言われる。とあり、稲の栽培と麦の栽培が効率の良い輪作の形であったこと、稲が栽培できない地域や年貢で米を納めるので麦を多く食べていた事など古くから「日本

のパン」なる物を食べていたという各地に残る小麦料理の写真がたくさん載ったグラフィページです。見ると麦粉(うどん粉)を水で溶かし、平たくしておせんべいのように焼いたものがあります。それはエジプトや中近東などで大昔から焼かれている無発酵のパンによく似ています。日本人⇨米文化ではあるのだけど、同じように麦の歴史もあつたんだとちよつとホツとしたのと大きな発見をしたような気持ちになりました。

また、「ほんとうのパンってなんだ」というページに寄稿しているのは神田精養軒の望月継治さんです。二十年以上前に書かれた文ですが、白いパンだけがパンではない、という出だしで始まり、全粒

粉や雑穀のパンを紹介していただきます。なかでも興味を引いたのが穀物の粥から発酵のパンへという所で、パン食民族は最初から発酵したパン食をしていた訳じゃないという章です。以前、私が不思議に思った事は古代ローマ時代、すでにギリシヤからビール酵母でパンを焼く事なども伝わっていたはずなのになぜ、ローマ兵は麦粥を食べていたのだろう？と、ある本を読んでもずっと引つかかっていたのです。その謎がちよつと解けた思いしました。同じ時期に製粉技術の事を調べてみたら、製粉することにとても時間と労働力をかけなければならなかったので、古代ローマでは製粉は奴隷か家畜の仕事だったとあり、西欧では近年まで製粉

する水車などを持つているのは権力者だったので、庶民は自由に製粉することもできない時代や場所もあったようです。粉にした物を口にできる人たちは一握りだったのですね。だから庶民は小麦も雑穀もすべておかゆにして食べていたのだそうです。きつと日本のお米も似たようなことだったのではと想像しました。そして「日本のパンのルーツ」ではさらに興味深い内容が安達巖さんによつて書かれています。先に書いた二章合わせたことがさらに詳しく書かれていのです。なかでも大國主命の時代から麦の食文化があつたということや、餅はもともと小麦で作つた物を餅と読んでいたなどなど、読むと大昔から日本人も小麦を

食べてきたのだということがわかります。

きつと地域によつていろいろな差はあれど、麦（と雑穀）が庶民の食べ物の主流だったのでしょう。余談ですが、



秋まき小麦の畑

西欧では小麦と他の麦はそれぞれ階級が別れてるように呼び名があり、米文化圏の中国と日本では小麦も大麦もなんでも「麦」と呼んでいました。

きつと、西欧では小麦が穀物の中で一番尊ばれ、日本と中国ではお米が一番だったからなのでしょうか？

本を作る中で麦について調べていくと、今までおいしいと食べていただけのパンが違ふ物のようになつて見えてきます。長い時代を経て、小

麦（食べ物）を巡る様々な歴史の中で培つてきた技術や工夫が今、私たちが食べているパンになつているのだと思うと、とつても深い物が感じられてとつても面白いのです。

食べ物の背景を知る面白さは畑に行く事やなぜ、この食べ物食べ続けてこられたのか？ということにも繋がります。そこには単純に美味しかったからという理由もあるし、身体に必要なのだ、環境に適した農産物だったなどな

ど様々な理由があるのでしよう。その中でも美味しい、食べてみたかったことが大きな理由の一つなのだろうなと思うのです。

フランス革命のときにマリー・アントワネットが言った（言わなかった？）という「パンがないならブリオツシュをお食べ。」という言葉が残っていますが、バターや卵、お砂糖をふんだんに使ったパンを、塩と水のみで作る雑穀の入ったパンすら食べられない庶民が、食べられる訳はないと言つて革命に火がつき、その後パン屋の主人と女主人を捕まえたとギロチンに送られてしまいます。パンを巡るエピソードの中で最も有名な出来事ですが、いまでは庶民が朝ごはんにブリオツ

シュやクロワッサンなどリッチなパンを楽しむ時代が来しました。日本の白米大好きとなんだか良く似ているなと思わずにいられません。だから昔は「食べられなかったおいしいもの」が今では庶民が大好きな物になって、食べ続けられているのではと思うのです。食べ物の恨みは恐ろしい？

「食べる」ことは生きることなので、あらためてそのことを肝に命じなくてはということを最近感じています。少し前までは背中合わせで繋がっていた「生きる」食べ「が」がどんどん離れていき、希薄になっている事に危機感を感じるのです。何が危機感なのかはつきり説明できないところが自分でも歯がゆいのですが、なにか感じるので

だからなのか、米はたまに白米にして普段は分搗きにして雑穀と一緒に、パンも同様に普段は全粒粉やライ麦のパンを食べ、たまのおやつにリッチなパンを食べることが多いのです。美味しさだけを考えると白米や白いパンに行くのかもしれないが、栄養はもちろん、しっかりと噛んで食べることに

にか安心する私です。眠つちやいけない身体の器官が起きるというか、そんな感じがするので。四冊目の本では北海道のパンと小麦がテーマでパン屋さんを紹介したり小麦生産者を紹介したりしていますが、やはり

書くうえで様々な参考資料を読みました。北海道でも開拓の頃、水田がなかったことと農業指導にきたケプラーさんやクラーク博士がパン食を進めたこともあり（北大の学食はパン食だったらしい）、パンを食べていたということが解りました。それ以前の江戸

パン好きの毎日
2009年4月発行



時代にすでに北海道に小麦畑

か？と思うのです。もしくは

しまいます。

るようにと描いてみました。

があつたということも、解つたときはとてもびつくりして

無発酵の平焼きのパンですね。そのような資料を読むと、電子レンジでパンを焼き、リツ

ここで書いた事は本の中で、はさほど詳しく載っている訳ではありません。北海道のパンの歴史などいつか詳しくま

る北海道の小麦に未来があつて食べ継がれていけるようになってきたら、またそこに歴史が加わるのだと思うのです。その歴史が美味しくて身体によ

ンを作っていたのか、どんなパンを食べてい

たのか、資料を探し切れていま

とめられたら面白いなど思っているのですが、食文化は庶民の生活に根ざしてい

なれば素敵ですよ。春号で予告した内容と違つた内容になってしまったので、次回の事は書かないでおこうと思ひますが、パンを通して見えることはパンだけではなく、お米もじゃがいももトマトにもトウモロコシにも農産物だけではなく畜産や水産など、様々な食べ物にもあることなのではと思うのです。そのように思うと食べ物への興味は尽きないのです。

せんが、おぼろげながら、石窯で焼いて豆や

富良野産小麦の豆パン

ることを覚えていて、昔のことがいける間に、聞き取りができるかどうかです。そんなチャンスが巡つてくるといいなと思いつ

た内容になってしまったので、次回の事は書かないでおこうと思ひますが、パンを通して見えることはパンだけではなく、お米もじゃがいももトマトにもトウモロコシにも農産物だけではなく畜産や水産など、様々な食べ物にもあることなのではと思うのです。そのように思うと食べ物への興味は尽きないのです。

り込んだパンを食べていたとい

北海道産小麦を石窯で焼いたカンパーニュ

つ。また、本の中では手にとつてくれた方々が食べ物の背景を知ることの面白さと、視点が增えることで食卓の上

が変わることのヒントを感じてもらえたらと、楽しく伝わ

うことが解りました。(豆がご

←ひまわり 種のパン

つ。また、本の中では手にとつてくれた方々が食べ物の背景を知ることの面白さと、視点が增えることで食卓の上

が変わることのヒントを感じてもらえたらと、楽しく伝わ

