

天眼鏡

カレーと肉

先日、所用で農協に出かけたが、その折、待ち時間にロビーに何十冊か並んだ本の中で目にとまった一冊が稲垣栄洋著『一晩置いたカレーは何故おいしいのか』（新潮文庫）であった。稲垣は静岡大学大学院教授で雑草生態学が専門で、その少し前にその稲垣による『雑草と日本人』（草思社文庫）を読んだ。雑草をはじめとする生き物、自然と日本人はどう向き合ってきたのかを歴史を遡りながら記述したものでユニークな日本文化論になっており、なかなか面白く、稲垣なる研究者は強く印象に残っていた。その稲垣が『一晩置いたカレーは何故おいしいのか』と、専門とする雑草生態学とはかけ離れたテーマとなっており、それだけに興味を魅かれて手に取ってみたものだ。勿論、農協ではパラパラめくっただけでまともに読む時間はないことから、後日購入して読んでみた。その副題が「食材と料理のサイエンス」とあるように様々の食材が取り上げられているが、その中には畜産物も当然ながら対象となっており、そこで“へー”と思わされたいいくつかをご紹介します。

まず「どうして野菜を食べないといけないうのかー野菜サラダの科学」の章から。人類の祖先は果実や木の実、草の実など植物食の生物として進化してきたが、肉類に比較すると消化の悪い植物を腸内細菌によって分解して栄養分を吸収するために腸が長くなったとされる。その一方で腸が長くなることによって、食べ物に含まれる毒性の物質が腸内に残りやすくなったことから、これを体外に排出するためには消化されない植物繊維を多く摂取することが必要であり、野菜を食べなければ、ということになる。

ところで植物食の人類は植物だけでなく肉も食べていたと考えられているが、植物食中心となったのは、人類の胃酸の濃度が肉食動物の20分の1過ぎないところに理由があるという。肉を分解するためには胃酸が多く含まれる消化能力の高い胃液が必須になるとともに、肉類の動物性たんぱく質や脂肪酸が腸内で発酵す

ると、アンモニアや硫化水素などの有毒物質が発生することから、短い腸であることが必要となる。人類の腸は体長の12倍の長さがあるのに対して、肉食動物の腸は体長の約3～4倍しかないそうだ。

次に「一晩置いたカレーはなぜおいしいのかーカレーライスの科学」の章で、豚が雑食性であるのに対して、草しか食べない牛の肉、牛肉はなぜタンパク質が豊富なのか、を取り上げている。植物も生きていくためにタンパク質を持っているものの、動物のタンパク質とはまったく異なる。すなわち植物のタンパク質は一度アミノ酸に分解して、アミノ酸からタンパク質を作り直すことが必要であるが、これを可能にしているのは腸内細菌である。腸内細菌がアミノ酸を基にタンパク質を合成し、草食動物はこれを吸収して利用するからという。

ところで肝心の「一晩置いたカレーはなぜおいしいのか」にも触れておけば、一晩置いてうまみが溶け出すだけではない。できあがったカレーを置いておくと、ジャガイモのでんぷんが少しずつ溶け出してカレーにとろみをつける。するとカレーの粘度が高まって舌の上に残りやすくなって、カレーの味を強く感じるようになるからだという。

なお、これについては本書の末尾に印度カレー子なるスパイス料理研究家が「25歳女子が考える『一晩置いたカレーは何故おいしいのか』」なる一文を寄せている。いくつかの仮説を上げる中で、肉、野菜とカレーのスープ（水分）との間で浸透圧が働いて、肉等のうまみを含んだ水がスープに移動する流れ発生するが、時間がたつて塩分濃度が同程度になったところで浸透圧がなくなり、うまみと甘味が十分に溶け出るから、ともしている。

（農的社会デザイン研究所 代表 蔦谷栄一）