

パンを食べる人

元武庫川女子大学 教授

大塚 滋

食の文化史（大塚 滋著）

中公新書417 中央公論社刊より

古代エジプトで発祥

パンは世界で古代最高の加工食品といわれている。かたくて味もない穀物の粒が、柔らかくておいしいスポンジのような食品に変わる。それは、めん類やケーキ、クッキーなど多彩な穀類の加工食品にとり囲まれた現在の私たちから見ても、すばらしい“変身”食品だ。パンは古代エジプトで始まったといわれるが、たぶん、当時せいぜい穀物のひき割りがゆぐらしを食べていた周囲の民族にとって、文明国エジプトのパンはよほど珍しい手品のように思えたせいだろう、エジプト人は「パンを食べる人」と呼ばれたという。このことばには、今の私たち以上にパンに対する驚きと畏敬の念がこめられていた。

小麦は米と違って、かたい皮をかぶっており、また粒のまま精白するのがむつかしい。だから小麦を主食とする民族の間では、小麦をひき割ったり、粉にひいたりして、おかゆや平焼きにして食べる方法（粉食）が主流だった。今でもこのようにして食べている人々は多い。有名なインドのチャパティは小麦粉を水とこねてドウを作り、これを焼けた石の上にはりつけて焼いた、まあ、具のないお好み焼きみたいなものだが、現在も主食の一つになっている。

ところで、このドウをすぐに焼かずに一晩ぐらいおいておくと、空気中の酵母（イースト菌）がついて繁殖して、ふくれてくることがある。それをそのまま焼くと、ふくらと仕上がる。

これに目をつけて人為的にやったのがパンのはじまりだ。もちろん野生のイースト菌がドウに飛び込むのを待っているだけでは、日によってうまくいったり、失敗したりする。うまくいったときのドウ（中にイースト菌が生きている）を保存したり、温度や時間をコントロールしたりして、パンを常食とするようになったのがエジプト人だったのであろう。あるエジプト人がドウにぶどうの汁を入れることを思いつき、やってみてからあと始末をしないで放っておいたら、翌日になってみたらふくらんでいた。これを焼いたらとてもおいしかった。これがパンのはじまり、という伝説もある（ぶどうの中に含まれている酵母が働いたというわけだ）。

いずれにしても、あるなまけ者かうっかり者の発見が受け継がれてパンの誕生を見たのであろう。それが数千年前のアジアとエジプトでだった。

古代のパン作り

古代エジプトでは女性が粉をひき、パンを焼いた。パンをいろいろな形に焼くことは、そのころから行なわれ、球形、円錐形、ピラミッド形、鳥や魚の形のパンが作られ、人々を楽しませていた。初めはドウを灰の中に入れたり石にはりつけたりして焼いていたが、ギリシア時代に天井をつけ、囲いをつけたかま——つまり、今日のオーブンの先祖が発明されて、パンをますますじょうずに焼くようになった。粉ひき、発酵、オーブン。これだけの技術の発生を促したパンは、確かにたいした食品である。

ギリシアのある壁画には、四人の人が並んで小麦粉をこねている横で、一人の男が笛を吹いている様子が描かれている。笛の音に合わせて粉をこねるのが普通だったのだろうか。もしそうだとしたら、パン作りは骨は折れるがひどく楽しい作業だったに違いない。

ローマ時代にはパン焼きは職業化され、パン屋がたくさん現われた。西暦79年にはベスピアス火山の爆発でポンペイの町が灰に埋もれてしまったが、18世紀になって大発掘が行なわれた。町の建物や道が当時のままの姿で現われ、文明史上、貴重な資料となっているが、パン工場や金持ちのパン焼き場も発掘され、当時すでにすぐれた技術があったことが確認された。

中世からルネッサンスを経て、パンはますます上等になり、また、フランス、オーストリア、ハンガリア、ドイツなどに広がり、お国ぶりのパンが作られるようになり、やがてフランスで花を開いた。また、イギリスへは古代ローマ人によって直接、パン製法が伝えられ、山形の食パンを代表とするイギリスパンが発達していった。ここでもパン作りは女性の役だった。今日、淑女という意味の「レディ」という英語は「粉をこねる人」という意味のチュートン語から、また「主人、殿様」という意味の「ロード」は「パンの番をする人」というチュートン語からできたことばだということだ。

アンパン

東洋の米食国日本へは、約430年前に、ポルトガル人がパンをもたらした。このとき、日本人の何人かが初めてパンというものを見たわけだ。その後、慶長14年（1609）に上総に漂着したフィリピン総督のドン・ロドリゴ・デ・ビベロという人が、「日本人がパンを吃るのは、くだものと同じく常食外としてだけだから、江戸で作るパンは世界中でいちばん質がよく、買う人も少ないから価格はタダ同然」（『事物起源辞典』）と報告しているのが日本でのパンに関する文献の最初だ。この時代にはもうパンが作られていたらしい。

もっとも、日本人のパンに関する認識は妙なもので、江戸時代の『倭漢三才図会』には、「（パンとは）蒸餅すなはちマンジュウのアンなきものなり。オランダ人つねに一個を用ひて当食（一食分）となす」とか『蘭説弁惑』には「問うて曰く。オランダ人、常食に“パン”と称するものを食するよし。何をもつて作れるものにや。答へて曰く。これは小麦粉

……練り合はせて蒸し焼きにしたるものなり」など、今となってはおもしろい記録が残っている。

初めの引用にあるように、米食の日本ではパンは主食としてはなかなか用いられず、日本人はパンをお菓子の一種とみなしたが、これは太平洋戦争前ごろまで続いた。だから「マンジュウのアンなきもの」という表現には、おいしいお菓子をもらいそこなった子供の不満のようなものが感じられる。

明治3年に芝に日本最初のパン店を開いた木村安兵衛（木村家の祖）は、7年に銀座に進出したが、やがてパンにアンを入れることを思いつき、アンパンを売り出したところ、たいへんな人気で、銀座名物になった。アンパンの評判は明治天皇のお耳にはいり、木村家はアンパンを献上したが、そのとき、アンパンの中央に桜の花の塩づけをのせた。これも木村家のヘソパンとして有名になった。“アンのないマンジュウ”にアンを入れたわけだから、日本人に喜ばれるのは当然だったといえよう。

のちに、アンのかわりにジャムやクリームを入れる“洋風”的のものも登場し、それぞれ日本のパンのスタンダードとしてもてはやされてきた。もっとも、こういう種類の菓子パンは本場の欧米ではなく、日本に来る欧米人にとっては珍しい感じがするらしい。あるアメリカ婦人がハンバーガーを作ろうと思って丸いパンを買って帰り、横に包丁を入れたらアンコが出てきたのでぎょうてんした、という話を聞いたことがある。

パンは肉と並んで、西洋文化の代表として日本にはいってきたが、肉がいきなり牛鍋、すきやき、みそ漬けなどとして日本料理の中へとり込まれていったのに反し、パンのほうはなかなか一般家庭の食卓に席を占めなかつた。しかし、パンは米と比べると、炊く手間もいらない。ご飯と比べても、腐りにくく、軽い。だから、戦争や旅行のときにはもちろん、主食として重宝された。維新戦争のおりにはドーナツ形に焼いたパンが兵士たちに配られ、兵士たちはそのパンにひもを通して腰に結びつけて従軍したという。「腰弁」にかわる「腰パン」だ。

少し時代がさかのぼるが、織田信長はハイカラ好きで、南蛮の服を着てついに腰かけ、西洋の食事を好んで食べたといわれる。また幕末の戦いでは、幕府と薩長勢が戦ったが、幕府はフランス陸軍に、薩長はイギリス軍にあと押しされた。日本にまずイギリス式の食パンが普及したのは、この戦いで薩長が勝ったからだといわれる。

食生活の文化も歴史によって左右される。もし本能寺の変が成功していなかったら、それに続く4百数十年の間に、日本人はパンを食い、肉を食べる洋風の食生活を、いち早く展開していたかもしれないし、また、もし幕末の戦いに幕府が勝っていたら、日本人はバゲットやクロワッサンなどフランス式パンにもっと早くなじんでいたかもしれないのだ。そして、太平洋戦争の戦中戦後の米不足のおりに“代用食”として、パンがよく用いられることがなかったら、日本でのパンの普及はもう少し遅れていたかもしれない。

こうした菓子パン全盛の中でパンの栄養価に着目し、大正の初期に日本にもパンを基調にした洋風な食生活がやってくることを予見した桐山政太郎は、主食としてのパンの製造と普及に身を挺した。当時の食パンは関東より神戸のパンのほうが良質といわれていたが、かれは神戸のパンを大阪に普及させようとして、みずから自転車でパンを運んだ。そして、大正7年に大阪に「神戸屋パン」を設立した。こうして「マルキ」のアンパン、「神戸屋の食パン」と並び称され、日本は徐々に菓子パン時代から抜け出していった。

もともと、日本など、フジヤマとゲイシャのアジアの米食国としか想えていなかったアメリカ人にとって、神戸屋が昭和7年に建てた3階建ての大工場は驚きだったらしく、アメリカの雑誌「ベーカーズウイークリー」は“なんとむちやをする。今につぶれて映画館にでもなるよ”などと書いている。が、工場はつぶれなかった。それどころか、食パンはますます日本人に愛されるようになっていった。

パンのことわざ

パンは長い間ヨーロッパの主食だったから、パンが登場することわざが多い。パンがことわざに使われた最も古い文献は聖書かもしれない。「人はパンのみにて生くるものにあらず」という有名なキリストのことばだ。しかし、その後、パンはかけがえのない日常の食事という意味を伴って、いろいろなことわざを作っている。少し紹介すると、

パンはあるだけ食え。酒はほどほどに飲め。

恵まれたパンでは腹いっぱいにならない。

犬のいるところにはノミがいる。パンのあるところにはネズミがいる。女のいるところには悪魔がいる。

苦労なしではパンは得られない。

パンのかけらで買う（二束三文で買うこと）。

以上、フランス

水上にパンを投げる（エビでタイを釣る）。

両面にバターをつけたパン（気楽な稼業）。

いっしょにパンをちぎったことがない（同じかまの飯を食ったことがない）。

以上、イギリス

飲み屋のそばにはパン屋は立たない。

ひたいに汗して汝のパンを食うべし。

パンはどこでもオープンで焼かれる（いずくも同じ秋の夕暮れ）。

文学もパンへ向って行く（芸術も金次第だ）。

塩とパンはほっぺたを赤くする（簡素な食事は健康によい）。

以上、ドイツ

また、「ブレッド・アンド・バター」というと食事の最低線のこと、日本人が食事のことを「ご飯」というのに似ている。「ブレッド・アンド・バター・レター」というと、泊めてもらったときのお礼状のことだ。また、「ブレッド・アンド・バター・ミス」というのは「食いけ一方のお嬢さん」という意味である。

数千年間、人類に親しまれ、人類の栄養をささえてきたパンは、これからも愛され続けると思う。近ごろ、アメリカあたりを旅行してきた人の中には、「欧米には主食、副食というものはない。^{強いていえば}、肉が主食で、パンは副食だ」などという人があるが、けっしてそんなことはない。つい数十年前まで、パンはアメリカの主食だった。

あるアメリカの老人が、「私が子供のころには、サンドイッチはパンのほうが厚かったが、今ははさんだ肉のほうが厚くなっている」と述懐したということを聞いた。ある意味では、今日の欧米の食生活は、肉が多くなるという意味で、人類としては異常な生活といえるのだ。

食生活の国際化、高級化の波に乗って、パンは米食民族のあいだにも、もっと普及することだろう。また、最近は、少し前の米食不可論の反動のように、米の栄養価を持ち上げる人も多いが、米がパンより劣っていないことは、パンが米より劣っていることを、必ずしも意味しない。日本人がこれだけ副食として蛋白質やビタミン類をとるようになった今日、熱量源としての米とパンは優劣つけがたいのだ。

ふつくらとしたパンには、米食にはない夢がある。もう十数年前に封切られたイタリア映画『パンと恋と夢』のイキなカットを紹介しておこう。

ある山村の警察署長が、道ばたにしゃがんでパンをかじっている貧しい老人に、「なにかはさんであるのかい？」

と聞くと、老人は手に持っていた、もちろんなにもはさんでないパンを二つに割って見せて答える。

「夢がはさんであるんですよ、旦那」

署長を手玉にとる相手はジナ・ロロブリジーダ。恋はなくとも、お金はなくとも、あの老人にはパンと夢があったのだ。