

「食べる」ことを考える ～日本人は「雑食？」～

濱口亜沙子・栗林幸弘

日本人はあらゆる食材を食べる“雑食”民族である。小学校で子ども達は肉や野菜などを「バランスよく食べなさい」と教育される。

そのような環境で育ったある会社員が外国のクライアントを接待することになった。彼はクライアントに満足してもらいたいと美味しいと評判の焼肉店を予約した。しかし、結果は惨敗。なんとクライアントは肉を一切食べないベジタリアンだったという。海外では宗教上や道徳上の理由で肉を食べないなど食習慣にこだわりを持つ人が少なくない。国際交流が活発になっている今、私たちが相手の食文化、食に対する考え方を知り理解しようとすることはとても大切なことだ。

東京・表参道にある「PURE CAFE」は、ヴィーガン料理を提供するカフェ。ヴィーガンは肉、魚はもちろんのこと卵、乳製品、蜂蜜等の動物性食品を一切使用しない完全菜食主義を指す。カフェの代表清野玲子さんが本当に信頼のできる、安心安全な食材を求めた結果、ヴィーガン料理にたどり着いたようだ。

清野さんがこのビジネスを始めたのは、カフェブームが起きていた13年前。ヴィーガンやベジタリアンという言葉は、まだ日本では浸透しておらず、むしろ偏食だと誤解されることもあった。広報担当の伊藤奈美子によれば、当時はヴィーガン専門店だということやうたわなかったという。しかし、日本でも健康志向の高まりから、現在では遠方から足を運ぶ人もいる。

「ベジタリアンになってもらいたいというよりは、食の選択肢の一つとして、ヴィーガン料理を楽しんでもらいたい」と伊藤さんは話す。「PURE CAFE」は、ベジタリアンに限らず、30、40代の女性を中心として幅広い世代に支持されている。アレルギー体質の人や宗教上の理由で菜食主義である外国人などにも人気だ。

ヴィーガン料理では使える食材が限られているからこそ新しい発見があるという。たとえば、ケーキに卵や生クリームを使うことはできない。そこで卵のかわりにくず粉を、生クリームかわりに豆腐を使っている。卵や小麦粉などのアレルギーのため通常のケーキを食べることができない子ども達も安心してケーキを食べることができる。

今後は、ヴィーガン料理をアピールしていきながら、農家で大事に育てられたおいしい野菜や食材の良さを発信していきたいという。

毎日当たり前食べている「食材」を考える。こだわりを持って食事をとる人々に触れることができた。

【編集後記】

今回このカフェ取材することが決まった際、ヴィーガンの食生活に3日間挑戦してみようということになりました。しかし、肉、魚はもちろんのこと、卵も乳製品も食べることができないという生活は私達にとり非常に難しいものでした。実際、私は2日目にカフェに行った際、カフェラテを飲んでしまい（ミルクを飲んでしまい）挫折することになりました。

日本でベジタリアンとして生活する方は、その多くが健康やダイエット目的のためですが、海外には、宗教や道徳上の理由により厳格なベジタリアンの方が多くいらっしゃいます。彼らの「食」に対する考えに触れる中で、日本の食文化や自身の食生活について改めて考えさせられました。

濱口 亜沙子

今まで何の知識もなく、遠い存在だったベジタリアンがとても身近になりました。社会の中でマイナーともいえるものにフォーカスを当てると、また面白いものが見えてくるのだなと思いました。何より、ピュアカフェの料理が美味しかったです。

栗林 幸弘