

# 古代日本の乳文化と やさしい甘み

## 乳は薬だった

日本に乳にゅうを利用する文化が入ってきたのは、五六二年のことです。大伴連おのおともものむらじ狭手彦てひこが高句麗から儒釈方書明堂図等百六十四卷、仏像、楽器などとともに、呉の人智聡ちそうを伴って来たことが「訳文大日本史」に記されています。智聡は牛から搾乳し、自分でそれを加熱殺菌して飲むということを実践しました。やがてこれを見た日本人も、牛乳を飲むようになったのですが、生産した乳は全部は飲みきれずに余りが



ありが ひでこ 帯広畜産大学  
名誉教授。1934年生まれ。酪農  
食品化学を専攻。農学博士。古  
代の酪農文化の研究に携わり、  
実験によって古代の乳製品を復  
元している。共著書に「新説チ  
ーズ化学」「モンゴルの白いご馳走  
——大草原の贈りもの「酸乳」の  
秘密」「酪農大百科」「乳質改善  
ハンドブック」などがある。

## 有賀秀子

です。これを加工して乳製品を作る土壌がで  
きたわけです。六七〇年には官営牧場が作られるな  
ど、古代の日本には想像以上に乳が普及していたこ  
とが記録から読みとれます。

同じころ、中国の医学書、医事薬学書である本草ほんぞう  
書しよが日本に渡ってきたと考えられています。わが国  
に最初にもたらされたのは「神農本草集注しんのうほんぞうしつちゅう」陶弘  
景しんしゅうほんぞうで、次いで官撰の本草書「新修本草」といわれ  
ています。これは「唐本草」とも呼ばれる書物ですが、  
奈良時代の「養老令ようろうりょう」に含まれている「医疾令いしつ」に

は、医学を学ぶ医針生は、教科書としてこの『新修本草』を学ぶようにということが書かれています。

この中に、牛乳や乳製品の酪らくや蘇そ・酥そ、そして醍醐だごの記述が見られます。つまり、乳製品は薬として扱われ、その薬効も記されていたのです。『新修本草』は日本で数多く筆写されたようで、天平三年（七三一）に「仁和寺本」巻第十五に田邊たなべのふひと史が筆写したという書き入れがあり、日本にもたらされたのは少なくともこれをさかのぼると考えられます。

智聡の子善那ぜんなは、朝廷から「和葉主使わのくすしのおみ」という姓を賜り、「乳にゅう長上ちやうのちがみ」という仕事―三宮さんくう（天子、皇后、皇太后）に乳を献上する仕事に携わりました。その後、善那の子孫は代々この仕事を引き継いでいって来たようです。

## 「酥」と「蘇」の違い

乳製品のうち、最高のもの、もつとも高級で美味なものとしてされているのが醍醐です。これは二段加熱という方法で作ることができます。私の実験結果によると、まず乳に第一段の加熱をし、そのまま一晚

静置せいぢすると上層に凝固層ができます。これを翌日すくい上げて、ダブルパン（二重鍋）で第二段の加熱をします。すると黄色い、ちようどカスタードクリーム状のものが出来上がります。これをさらに一晚、冷却すると固まります。これに、容器の底に届くような穴を開けると、溶離してきた液状のもの、バターオイルが出てきます。これが醍醐であり、当時は三宮に献上されたものだ、私は考えています。

このバターオイルを取り出す前段階のもの、カスタードクリーム状のものが、本草書などに出てくる「酥（熟酥）」であり、いわば「酥」は醍醐を作る中間産物だと考えられます。もうひとつ、従来、「酥」と同じものを指すともいわれた「蘇」は、乳を数時間にかわって煮詰めることよって作り出されるもので、「酥」とは別物と考えるべきでしょう。

この「蘇」は、平安時代の「延喜式えんぎしき」に記述が見られます。畿内や、当時まだ朝廷に完全には服属していなかった東北地方を除く全国の国々が六つのブロックに分けられ、回り持ちで六年に一回、この「蘇」を租税として納めるように命じた記録がそれで

す。ここでは「貢蘇番欠」が厳格に決められており、質の悪い「蘇」を持ち込むと罰則として国司の職を解かれたりしました。この義務を免除されていた畿内六カ国は、都に近く運搬も比較的たやすかったことから、おそらく新鮮な乳を献上したり、さらに高級な「酥」をつくり、さらに醍醐を抽出して宮中に納めていた可能性があるのではないかと、私は考えています。

醍醐は、大量の牛乳から本当に少量しかできません。醍醐を作るための「熟酥」を作るには手間もかかります。そのため、「熟酥」よりは味が劣るけれども、簡単に、しかも大量に作ることができる「蘇」が、租税とされるほど大量生産されるようになっていったのではないのでしょうか。

## 乳文化がもたらす甘み

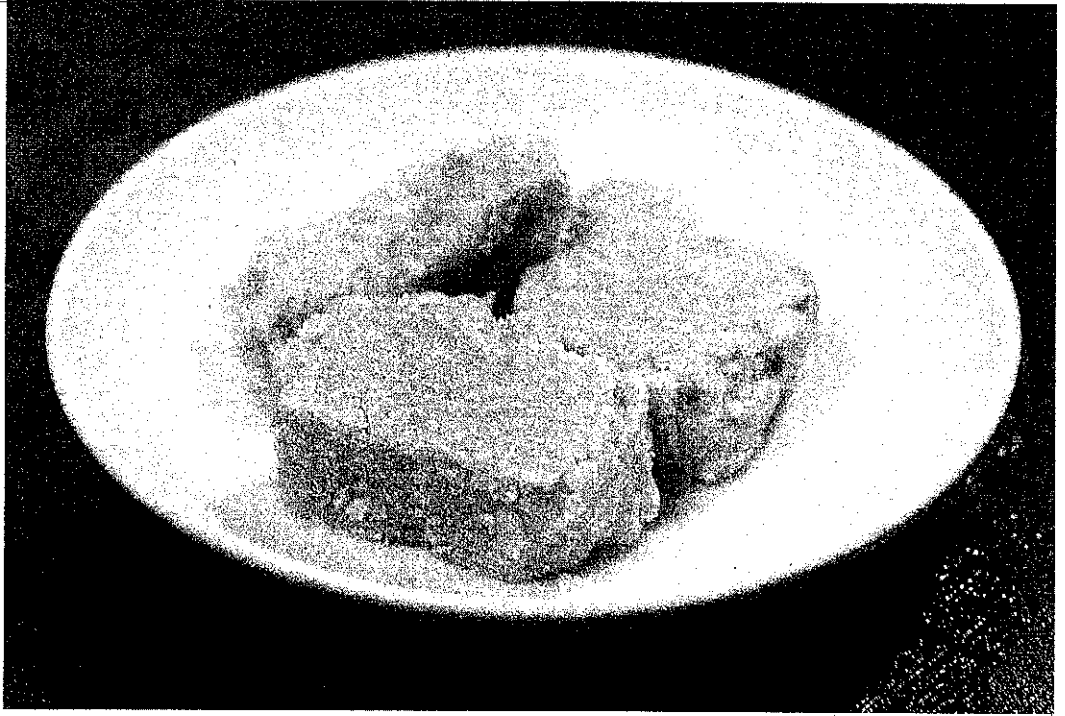
「蘇」は確かに甘みも少なめで、乳糖そのものの甘みを感じます。しかし、「蘇」には蛋白質、脂肪、ミネラル、ビタミン、乳糖など牛乳のすべての成分が凝縮されていますので、味わいも単調ではなく、医

薬品としてみたときにも非常に優れたものだったといえます。しかも醍醐や「酥」は日持ちがせず、現在でも冷蔵庫でしか保存できませんが、「蘇」は保存性に優れているのです。

当時は砂糖がない時代ですので、甘葛あまづらを煮詰めたものや、蜜ぐらいしか甘味料はありませんし、それさえ一部の特殊な人々、支配層しか口にするにはなかつたものと思われれます。そうした時代に、「蘇」のこともし出す素朴な甘さは、人々の口を喜ばせたものと思います。

奈良・平安時代のころ、貴族たちの正月の膳を飾るご馳走で、甘みを楽しむ料理の筆頭が「蘇」だったと思います。当時は、甘栗と枝柿、そして「蘇」の三つが組み合わせられたお膳が出ると、これは最高のものとされていたようです。甘みこそが、贅沢の極みだったわけですね。

醍醐や「酥」は、たしかに宮中でしか、しかも三宮という本当に特殊な人しか口にするのできない貴重品、贅沢品だったでしょう。しかし、「蘇」は全国で作られていたのです。しかも、租税として都



筆者が実際に牛乳を煮詰めて作った「蘇」

に納めるのは六年に一度であり、その間、牛の乳を余らせていたとは思えません。おそらく地方の、しかも庶民は乳を飲んでいただけでしょうし、「蘇」も食べていた可能性は、十分にあつたのではないかと思えます。搾乳をできる環境にあつた人々は、正月などの祝いのときに、貴重な甘み<sup>ニ</sup>ごちそうとして、「蘇」を食べていたと考えるほうが自然です。

古代日本には、酪農が存在しました。そして、人々の生活と密接に結びついていたのです。