

《「江戸の豆腐料理」 … 庶民の人気No.1は「八杯豆腐」》

●「豆腐」は、色が白いことから「米」「大根」と共に「江戸三白（サバク）」と呼ばれ、いろいろな食材との組み合わせや味付けが可能で、また手軽でボリューム感もあることから庶民の総菜に非常に重宝されていました。

○裏長屋に住む庶民は、居ながらにして、木桶の水に浮かせた豆腐を天秤棒で担いで売り歩く「振売り（フリリ）」から、豆腐を購入できました。冷や奴の注文であれば「奴切り」、味噌汁であれば「さいの目」に切るサービスも付いています。

・江戸川柳…「豆腐屋は時計のように廻る也」…振売りは決まった時刻に豆腐を売る

○豆腐1丁の大きさは、縦7寸（約21cm）、横6寸、厚さ2寸、現在の豆腐の約4倍。家族構成に応じて半分か四分の一でも売られています。豆腐1丁の価格は、1791年（寛政3年）には38文（約610円）、幕末1842年（天保13年）には52文（約830円）に値上がりしています。豆腐の大きさ・価格の記録がはっきりしているのは、奉行所が豆腐の大きさと価格を統制していたからです。



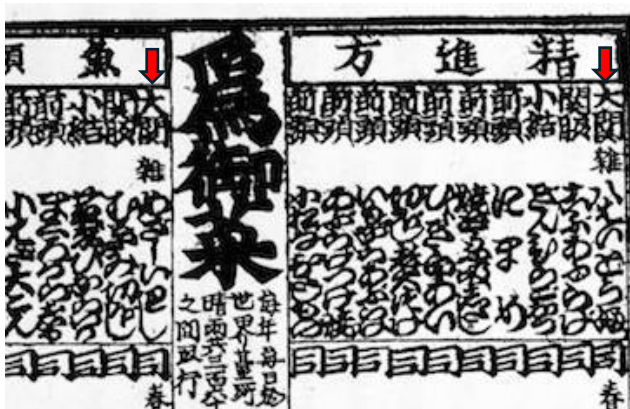
<豆腐を売る振売り>



<江戸市中での豆腐作り>

●精進方の大関（第一位）は「八杯とうふ」、魚類方の大関は「めざしいわし」です。何のことかという、江戸庶民の間で流行った安上がりの総菜をランキングした『日々徳用 儉約料理角力取組（スモトリク）』という「見立て番付」に載った格付けです。

注）「見立て番付」については「江戸で飲まれた酒」を参照してください。



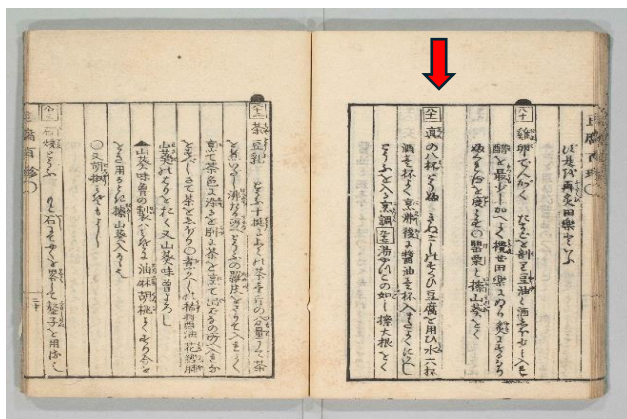
<日々徳用儉約料理角力取組>



<八杯豆腐汁とめざしいわしの食事>

●「八杯とうふ」の作り方は、大ストセラーとなった、00種類の豆腐料理を集めたレシピ集『豆腐百珍』（1732年・天明2年）に載っています。

【作り方】…絹ごし豆腐を八杯汁（水または出汁を6杯、酒1杯、醤油1杯を加え計8杯にした汁）で煮て、大根おろしを載せるといった簡単な料理です。私も作りましたが、手軽に作れてあっさりした健康に優しい料理だと思います。



<豆腐百珍「真の八杯豆腐」(妙品 81 番) >



<簡単に作れる「八杯豆腐」 >

●『豆腐百珍』には、「豆腐田楽」（13種類）「焼豆腐」「おぼろ豆腐」「やっこ豆腐」「炒り豆腐」「湯やっこ（湯豆腐）」等の‘現在でも馴染みのある料理’、「蜆もどき」「香魚（あゆ）もどき」等の‘もどき料理’、私が気に入った「玲瓏豆腐(コリトウ)」や「金砂豆腐(スコトウ)」等の‘奇抜な料理’のレシピが紹介されています。



<酒の肴にも合う「蜆もどき」 >



<デザート風にした「玲瓏豆腐」 >

●『日々徳用儉約料理角力取組』には、「八杯とうふ」のほか、「焼き豆腐吸したじ（すまし汁）」「油揚げつけ焼」「木の芽田楽」「わらびがんもどき」「山かけ豆腐」「炒り豆腐」「あんかけ豆腐」「湯豆腐」など、お馴染みの豆腐料理が多く載っています。

●居酒屋のメニューにも、「湯豆腐」「からじる」「田楽」等の豆腐料理があります。

- ・「湯豆腐」のつけ汁は醤油と花がつお、薬味には刻み葱、大根おろし、粉唐辛子、浅草海苔、紅葉おろしなどが使われて豪華です。さらに「湯豆腐」が冷めないように、小鍋ごと葛粉でとろみをつけた「あんかけ湯豆腐」には食指が動きます。
- ・「からじる」は「おから」のみそ汁で、雪花菜汁(キヌシヅル)、卵の花汁ともいい、二日酔いに効くといわれ、呑み助がよく注文していたそうです。

- ・「田楽」といえば、江戸時代では豆腐田楽です。江戸の田楽は、先割れのない1本の串に長方形の豆腐を刺して焼き、赤味噌を付けます。上方では先割れの串2本に白味噌です。豆富田楽が流行したのは、当時の豆腐は固くてそのまま切って串に刺すことができたことが理由とも考えられています。田楽は後におでんに発展し、おでんと爛酒売りの姿が江戸の町に見られるようになります。



<二日酔いに効く「からじる」>



<豆腐田楽（赤味噌、木の芽）>

- ・江戸川柳：「田楽はむかしは目で見今は食ひ」…伝統芸能の田楽は見るものだった  
「田楽の口は遠くであいて行き」…田楽を食べる姿を描いている

以上 (2024. 11)