

韓国宮廷料理講演会

ドラマ“宮廷女官チャングムの誓い”にみる

韓国宮中飲食文化

【時・所】2008年8月4日(月)14:00～ 松本大学5号館524教室

【講師】韓 福麗(ハン・ボンニョ)氏

韓国重要無形文化財第38号“朝鮮王朝宮中飲食”技能保有者。(財)宮中飲食研究院院長、ドラマ“大長今(日本名「チャングムの誓い」)”飲食顧問。

住吉/本日は皆さんテレビでもよくご存じの「チャングムの誓い」の中に宮廷料理がいろいろ出てきたんですが、あの料理の指導をされていた韓福麗(ハン・ボンニョ)先生をお招きして、韓国のいろいろな宮中飲食文化についてお話していただきたいと思います。実はこの教室でやるときめたときに、本学の健康栄養学科の管理栄養士を目指す学生が聴講するので、一般の聴講希望の皆様が何人教室に入れるかということで人数制限をさせていただきました。今日は、いままでに経験したことのないほどの人数がこの教室に入っています。クーラーを一番効かせてありますが、ムンムンしているのではないかと思います、少し我慢していただきたいと思います。今日の司会・進行をさせていただきます学長代行の住吉と申します。よろしく願いいたします。

それではさっそく韓先生にお話をいただきたいと思いますが、通訳をご紹介します。通訳をしてくださるのは金正玉(キム・ジョンオク)さんといまして、去年の3月に本学を卒業し、現在松商学園高等高校で先生をしています卒業生です。そういうことで私たちも気安くお願いしたんですが、テーマがテーマなものですから普通のハングルを翻訳するのと違いまして、事前の勉強をかなりしていただいています。韓先生ともども金さんにもよろしく願いいたします。

韓先生の略歴はお手許の資料にあるとおりです。韓国の重要無形文化財というのは日本の人間国宝にあたると思いますが、韓国では超有名人で、今日是在日の方も先生がみえるということで、かなり遠くから来ていただいています。それから、韓先生は昨日の朝5時過ぎにご自宅を出られて、仁川(インチョン)の国際空港から名古屋に着かれ、それからバスで松本に来て、ちょっと休んだだけでお料理を作りはじめ、夜9時頃まで続けられ、今日も朝早くから来学され、すごいハードスケジュールで準備されました。横で見ていると、大丈夫かなとハラハラするくらいでした。それで今日これからの講演ということですので、皆さん一生懸命聞いていただければと思います。それでは先生よろしく願いいたします。

韓福麗/ただ今ご紹介いただきました韓福麗(ハン・ボンニョ)と申します。私が初めて日本に来たのは10年前ですが、そのときに日本の真ん中にある信州の松本に行きたいなと思ったのですが、今回ようやく来ることができました。

松本大学からご招待をいただいて来てみたら、会場がこんなにいっぱい、ヨン様より私の方が人気があるのかなと思いました(笑)。これから韓国の最高の食べ物、それも王様が召し上がった食べ物、宮廷料理をパワーポイントを利用して紹介させていただきますのでよろしく願いいたします。

【韓国の食文化と宮廷料理】

【1】ドラマ“宮廷女官チャングムの誓い”にみる韓国宮中飲食文化

韓国の食文化、それと宮廷料理、伝統料理はそのまま説明すれば理解が難しいので、今回は皆さんもご覧になったと思いますがテレビドラマの“チャングムの誓い”を利用して、いろんな場面を説明しながら理解をいただこうと思います。

【2】「朝鮮王朝宮中飲食」を重要無形文化財に

ここには「朝鮮王朝宮中飲食」とありますが、朝鮮王朝というのは宮廷料理の伝統の中に生きています。それを韓国では重要無形文化財に指定しています。朝鮮王朝の宮廷料理は、韓国の場合は昔から高句麗・新羅・百済がありましたが、それらが全部統一された国として何代も続いてきた「朝鮮」があります。朝鮮の場合は、日本の天皇と同じように王様が治めた国（朝鮮王朝、日本では李氏朝鮮と呼ぶ）ですが、その歴史は千年にも充たなかったのですが（1392～1910）、伝統文化が今日まで伝えられています。

その中でも宮廷料理については、大学教授の黄慧性が日本の料理研究家といっしょに本を出しました。黄慧性は、最後の王朝で仕事をした厨房尚宮（サングン）の韓熙順から「宮中飲食」を伝授された人です。さらに黄慧性は、朝鮮王朝の最後の王妃である尹妃に仕えた尚宮たちからも聞き取りをして話をまとめました。それを韓国政府は重要無形文化財に指定し、韓熙順が第1代の技能保有者に指定されたのです。

* 通訳の金さんがいろいろ勉強してきて補足してくれたので、説明が長くなったと思います（笑）。

【3】朝鮮時代の最後の内人（女官）

この写真に写っている4人の方が最後の王様・王妃様に仕えた人たちで、その左は黄慧性です。

【4】朝鮮王朝宮中飲食技能保有者系譜

朝鮮王朝宮中飲食の技能保有者の第1代は韓熙順で、第2代が黄慧性、第3代が私、韓福麗です。第1代の韓熙順は私と同じ姓ですのでよくお祖母さんではないかといわれますが違います。第1代の韓熙順から私の母の黄慧性が学び（韓国では女性は結婚しても生家の姓を名乗る）、私が母からまた学んだのです。第1代の韓尚宮（ハンサングン）とは偶然とはいえ同じ姓であることに、なにか因縁めいたものを感じています。

【5】宮中飲食の技能伝授者

宮中飲食の技能伝授者とは、宮中飲食研究院で宮中料理を学んだ人たちです。今日も会場でチマ・チョゴリを着て、あちこち案内したり説明しているのも、みんなこの学園を卒業したり、いま通っている人たちです。このように私は、宮廷料理を研究しながら教える立場にもなっています。

【6】ドラマ“チャングムの誓い（大長今）”

これからドラマ“チャングムの誓い”を中心に説明します。実際に私が撮影の現場に行き、いろいろな料理の内容とかテーブルを教えた場面が出てきます。

このドラマの時代としては、朝鮮王朝の第11代中宗（1506～44）の代のことになります。朝鮮王朝の約500年の間に王様は25人代わりました。この当時の記録を見ると、長今（チャングム）の名前が10回ほど出てきます。国王の医女として活躍したのですが、なぜ料理がうまくなったかは、これから順をおって説明します。

【7】ドラマ“チャングムの誓い”製作過程

「朝鮮王朝宮中飲食」を重要無形文化財に 文化部に調査報告し、重要無形文化財に指定された。

- 黄慧性教授は韓熙順尚宮から1940年から30余年間宮中飲食を伝授された。黄教授は1970年当時生存していた朝鮮王朝最後の王妃である尹妃（純宗妃）を楽善齋で仕えた本房尚宮たちを面談し、「朝鮮王朝宮中飲食」について調査報告した。
- 韓国政府は1971年1月、重要無形文化財第38号に決定し、第1代の技能保有者に韓熙順厨房尚宮が指定された。



朝鮮時代の最後の内人（女官）



厨房尚宮 韓熙順 黄慧性、最後に尹妃に仕えた本房内人4人
(韓熙順、朴昌福、金命吉、成玉蘭)

この写真は“チャングムの誓い”の撮影現場です。私が教えている場面もありますし、チャングムが練習している場面もあります。いろいろな料理の監督もしたのですが、右のまん中の写真の、赤い服を着て包丁を使って料理をしている人はチャングムではないんです。よく見てください、男なんです。手がきれいなので、チャングムの代役として料理をする手だけを撮りますので、「チャングムの手」と言われます（笑）。左は台本です。配役の一人ごとに台詞が書かれていますが、そこに料理の話が出てくると、この料理はこうやって作りますなどと、説明を入れたコラムを挟み込んだ台本（シナリオ）です。



【8】MBC 特別企画 ドラマ“大長今”監修、料理指導

皆さんはテレビでドラマを前からしか見ることができませんが、実際には後ろでいろんなフォローがなされます。このように監修や指導をすることも、ひとつの料理の指導であると思っています。
*いま会場が暑いので、「チャングムの手」が扇子で私を涼しくしてくれます（スタッフが煽っている）。

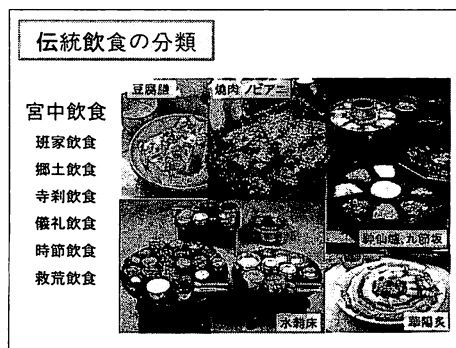
【9】韓国の伝統飲食

宮廷料理は“チャングムの誓い”でご覧になったと思いますが、実際、韓国の伝統食というものを理解いただいてから、宮廷料理に入りたいと思います。

伝統食というのは、その国その国の環境に合わせた食べ物です。その国に住んでいる人たちが何を食べて、食べたものによって健康が与えられることによって伝統食といわれます。日本の「食」もそこは同じではないかと思ひます。

【10】伝統飲食の分類 宮中飲食

伝統食の中にはいろいろな種類がありますが、分類してみると、まず王様が召し上がる宮中料理があります。いまここに写真に写っている、宮中料理の豆腐、焼き肉、九節坂などは全部、会場のロビーに展示してありますので、お帰りになるときに確認してください。九節坂（クチョルハン）というのは9つの料理がこのような器に入っているものです。



水刺床（スラサン）の床（サン）というのはテーブルという意味です。庶民はこんなには食べないのですが、王様の場合は毎回このくらいの料理が出ます。

【11】伝統飲食の分類 班家飲食

次は班家（パンガ）とありますが、これは階級的に両班（ヤンパン）という貴族階級が分かれてきます。“チャングムの誓い”の中でもヤンパンという言葉が聞かれますが、その貴族の食を班家（パンガ）料理といいます。

先ほど見た宮廷料理の水刺床（スラサン）の場合はおかずが12種類入りますが、班家（パンガ）料理の両班床（ヤンパンサン）場合は9種、7種、5種などとなります。韓国ではおかずの数で料理のランクが決まります。また、昔は一家の家長に別のテーブルをこしらえました。写真にある九椽飯床、五椽飯床がそれです。それが両班の世界なのです。



右下は茶果床（タガサン）で、お茶といろいろなお菓子がのっています。左下は交子床（ギョーザサン）といいまして、これはお酒を飲むときのおつまみです。

次は、地域によっていろいろ食べ物が違うし、信州では野沢菜のように、信州でしか食べられないものがありますね。それを郷土料理。また、お寺で食べる寺刹料理、日本では精進料理というものでしょうか。

【12】伝統飲食の分類 儀礼飲食

5番目は儀礼飲食ですが、たとえば結婚式で食べるもの、お葬式のとき食べるもの、全部違います。

儀礼食には人が生まれてから死ぬまでのいろいろな料理があります。まず、最初に生まれてから1年が経ったお誕生日には、昔の病気が治りにくく栄養状態が悪かった時代は、1年生きることがたいへんだったと思います。そこでようやく子供が1年生き延びたお祝いとして、ドル床（ドルサン）で祝います。写真にも写っていますが、テーブルの上に並べた物のうち、子供が最初につかむもので、その子の未来が決まるという言い伝えがあります。たとえば、糸と紐がありますが、それをつかむと命が延びる、筆を持つと勉強ができる、お金を持つとお金持ちになる、などいろいろないわれがありますので、お母さんの立場としては勉強のできる子供になってもらいたいので、わざわざ筆を一番前に置いたりします。

右上は結婚式の料理です。新婦が新郎の家に行ったとき、このようなものを揃えて挨拶をします。

左下は、日本では満61歳になると還暦のお祝いをしますが、それと同じです。昔は60歳以上生き延びるのはたいへんだったと思いますが、よく頑張ったということでいろいろなものを供えてお祝いをします。それを回甲床といいます。

右下は祭祀床といいます。韓国では亡くなった方の命日と、お正月とお盆にもこのようなものを供えてお祈りをします。

【13】伝統飲食の分類 時節飲食

それと、時節（季節）料理もあります。春、夏、秋、冬、全部違いますね。

4つの季節に合わせた食べ物ですが、日本も韓国も山や川や海がありますね。その自然環境から生まれた食材を使って料理を作りますが、ここには四季の代表的な料理を掲げました。

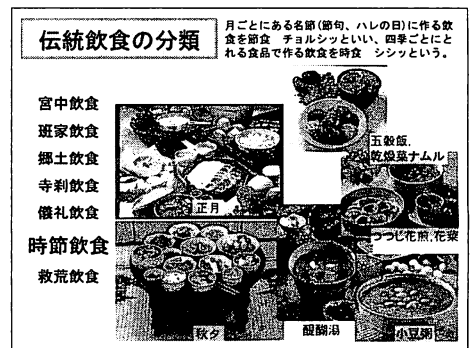
左上の正月料理のまん中に白く見えるのはお餅です。韓国ではトックと言います。韓国に行けばおいしくいただけます。正月はトックが中心となった料理です。

右上は春の料理ですが、春は山菜がたくさん採れますよね。その山菜を利用したナムルを作って食べます。夏は夏なりに、まん中に醍醐湯（チョンジョタン）というものがありますが、これは薬材で作った飲み物です。

左下は秋の秋夕（チュソク）です。秋夕というのは韓国のお盆です。韓国のお盆は旧暦の8月15日ですので、今年は9月12日くらいになります。そのときは3日間お休みになりますが、このような料理を作ります。テーブル上のピンク色のものは、そのとき食べる松餅（ソンピョン）というお餅です。これはお月さまを半分にした形です。

右下は、日本でも食べるものですが、12月20日ごろの冬至に食べる小豆粥です。小豆の汁粉の中に餅玉を入れます。そのとき韓国では自分の年の数だけ餅を入れて食べます。60歳の方はそれを全部食べるのにたいへんです。

最後に、たとえば雨が降らなかったときとか、いま環境問題が心配されていますが、穀物ができなかったときに何を食べて人間は生きていくかという食、救荒料理も入っています。



【韓国の食の思想・医食同源】

【14】韓国の食の思想・医食同源

これからは韓国の食の思想、どんな思いをもって作っているか、について説明します。韓国の食べ物というのは、材料の配合や調味料の使い方など、口から入るものが体の中でどのように薬になるかを大事に考えています。「医食同源」という思想です。

『東医宝鑑』というドラマがいまテレビでも放映されていますので、ご覧になった方もあるかと思いますが、それを観れば漢方の薬がわれわれの体にどんなふう効くのか分かります。ですが、薬で病気を治すのではなく、病気になる前に食べ物をきちんと摂れば病気にならないし、病気になっても薬より先に食べ物を配慮すれば、もっと早く治るのではないかとあります。いま韓国では漢方の薬で作った食が流行っています。成人病などがいま増えていますので、それを防ぐためには自然の食べ物を選んで、その食べ物は体のどこに効くかを考えながら食べることです。

その一つの例としてここに写真が出ているのが、蔘鶏湯（サムゲタン）です。これは鶏1羽の腹を割いて糯米を入れ、高麗人参、ナツメ、ニンニク、クリなど、体に良いものを全部入れて土鍋で煮ます。1人当たりこの鶏1羽を食べますが、特に夏、日本の皆さんの場合は土用の日にウナギを食べますね。韓国のもそのような日があり、その日にこれを食べると体に一番いいし、夏バテを乗り越えることができるといわれています。

【15】ヤンニョム（薬念=五味）とコミョン（五色）

韓国の食ではヤンニョム（薬念）というものが一番大事になります。ヤンニョムとは、本来の食材に加えて、和えて味を美味しくするための調味料ですが、これは普通に薬として使ってもよいものです。この名前が広まったのは、モランボン食品という会社が「薬念（ヤンニョム）」という商品名で売り出したからだといわれています。以来、調味料の総称となりました。

ヤンニョムは味をよくするために使いますが、韓国では味も大事ですが、料理の見た目をよくすることも大事なので、コミョン（五色）を使って最後に飾ります。食べ物の上にトッピングすると、さらに食べ物の魅力を引き上げることになります。コミョン（五色）の中には5つの味も入っています。たとえば、しょっぱい味、酸っぱい味、甘い味、辛い味、それと苦い味です。特にしょっぱい味は、日本の皆さんも使っているお味噌とかお醤油がありますが、韓国ではもう一つ赤味噌（コチュジャン、唐辛子味噌）があります。それがとても大事です。韓国では、日本ではあまり使わないネギとかニンニク、それから胡麻油をよく使います。それらをうまく使って五色を表わします。

【16】五味の調味料・五色の飾り

五色の内訳は、青、赤、黄、白、黒です。その素材をそのままではなくて、千切りにしたり、四角く切ったりして飾ります。

【17】発酵飲食 醤油、みそ


韓国の食文化の中でも、世界で一番有名なものは何かとありますが、発酵食品がまずあげられます。先ほども言いましたように醤油とか味噌も発酵食品ですが、塩辛も発酵食品です。それから飲み物にも発酵を利用したのがあります。発酵したものが体の中に入って、ヨーグルトと同じく体によい効果を及ぼしていると思いますので、これからは力を入れて世界に伝えようと思っています。

韓國の食の思想・醫食同源

- ・ 韓国飲食の材料の配合や調味料の使い方は医食同源や“口から食べる飲食が身体の薬になる”、“食べるものが即ち薬である”という思想
- ・ 「東医宝鑑」でも病気を予防し治療するには食生活を正ししなければならぬことを主張している。“飲食が即ち薬で、飲食を五しく食べることがつまり医食の真意であり、病気になるれば先ず飲食で治して次に薬を使うこと”とある。
- ・ 朝鮮の医学と薬に対する国家施策は、家庭の食生活にまで大きな影響を及ぼし、
- ・ 養生飲食、補薬飲食を普遍化させ、民族の食生活に大きな位置を占めている。漢方料理

蔘鶏湯(サムゲタン)

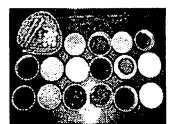
- ・ 夏の補身飲食
- ・ 薬どり、高麗人参、大棗、大戟、栗



ヤンニョム(양념)とコミョン(고명)

ヤンニョム(薬念)五味

これは様々な調味料を使う時“身体のために薬となるよう念頭に置く”という意味である。



コミョン 五色

- ・ 飲食の形と色を良くするために裝飾するもの。
- ・ 韓国飲食の色彩は陰陽五行に影響を受け、赤、緑、黄、白、黒の五色が基本。
- ・ 食品の持つ天然の色を使う

【18】発酵飲食キムチ

韓国の発酵食品の代表はキムチです。皆さんご存じだと思いますが、野菜に塩を加え、その中に塩辛を入れて発酵させることで、栄養バランスを充実させることができます。

〔韓国の宮中料理〕

【19】韓国の宮中飲食

これまでは韓国の一般的な食文化の話をしてきましたが、これからは韓国の宮廷料理の大事なところに入りしたいと思います。

宮廷料理の食材は各地から納められた特産品が使われます。貴重な特産品もみんな王様のために納められてきます。その食材をどんなふう料理するかは、宮廷の中にある厨房の調理人（待令熟手）に任されていますが、その人たちは子供のころからここに入って訓練されて、30年経つとある程度のレベルに達します。その人たちはどのように料理すれば王様が美味しく召し上がるかを研究して、韓国で最高の食を作りました。ですからとても大事な食べ物なので、この宮廷料理を中心に、今日は日常食と儀礼食とに分けて説明します。

【20】宮中の日常食 水刺床（スラサン）

ここに写っているうちの左のテーブルは十二椀といいますが、おかずが12種類あります。スプーンと箸が二つずつあるのは、油っぽいものと油のないものとを分けて使うためです。右のテーブルは王様の食事に従う人が、食事の手伝いに使うお皿やお椀などです。銀のスプーンは、これで味を付けると毒が入っていれば、スプーンの色が変わって分かりますし、これで王様に食べ物を取って渡します。向こう側にあるものは、鍋を温めたりするためのコンロです。



いろいろな所で採れ、一人ひとりの心がこもった食材が入りますが、昨日温泉旅館に泊まって、夜出た料理を食べながら感じたのは、旅館では一人ひとりにお膳を分けてくれますね。それを見て、あー韓国だけでなく日本でも、おもてなしの心を持って大事なお客さんに、みんなで分けて食べるのではなくて、一人ひとりに大事にして食べ物を出してくれるんだなと感じました。

ここにある写真を見ると、王様は毎回こんなにたくさん食べてどうなるのかと思いますが、実際はこれを全部たべるわけではないんです。それと、権力を示すことでもないんです。なぜかという、王様はいつも宮廷の中にいますので、国内の地方の生活は分かりません。そこで各地方から送られた食べ物や食材を見ながら、あー今の時期はこれが穫れるんだ。これが穫れなかったら庶民は苦勞するだろうと、いろいろなことを感じるようになります。ですから、ここに出た食材を全部見ると、あー今年はお米がよくないねとか、今年は何々が足りないねとか、魚が出ていないと海が荒れたとか、いろいろと庶民の生活が分かります。食べるだけでなく、王様として自分か治める国の様子が分かるようになっているのです。

右の写真は、右に立っているのが朝鮮王朝最後の王様の純宗、左に座っているのが最後から二番目の高宗です。

この十二椀は資料として残されたものではなくて、高宗・純宗に時代に宮中で仕事をした人たちが口承で伝えたものを再現したものですので、その時代にこんなものを食べたということは、いま現在では完璧には確認できないと思います。

【21】水刺床の再現 十二椀 飯床

これは王様の食事の様子ですが、3人の人がいまの現代風に言うとサーブをしています。右側にいる人が一番年上のベテラン女官です。聞味尚宮（サングン）といって、王様が食べる食べ物を先に味を見ます。味がおかしくないか確認してから王様に渡します。左の奥の人は、魚の骨を取るな

どの手伝いをしてあげます。手前の人は鍋料理とか温めるものとか、あるいは冷やすものをここから渡します。毎回王様の食事のときにはこの3人が添って手伝うことになります。

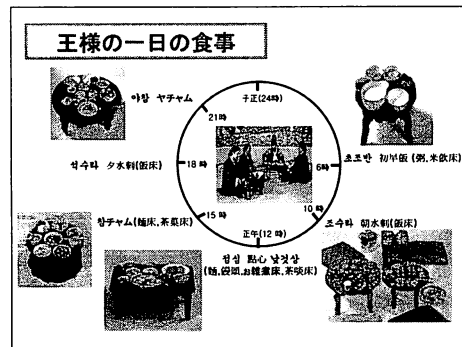
【22】四季を通して山海珍味を味わう 水刺床メニュー

このメニューは“チャングムの誓い”に出ている料理を全部合わせて、四季によってこんなものを作りましたというメニューです。

【23】王様の一日の食事

王様の一日常の食事の様子ですが、よく見ればいったい何回たべるのかなと思いますが、これから詳しく説明します。

最初の食事は、早起きをしますのでお腹の調子を考えてお粥（チョチョパン）にして食べます。それから10時くらいに朝水刺（チョスラ）とありますが、写真のようにいろいろ並んでいますが、それを食べます。12時に食べるのは天心（ナッコサン）とありますが、10時に食べたからそんなにお腹がすいていないんです。それで麺とか饅頭（マンズ）、韓国の餃子ですね、それを食べます。6時までは時間が長いので、日本の言葉でいえば間食ですか、子供たちが食べるじゃないですが、それを（チカム）といいます。それを食べてから6時に夕水刺（ソクスラ）を食べて、寝るのが遅くなるときは夜床（ヤサン）を食べます。



これらは時によって違います。1日に6回から7回くらいですが、毎日全部食べるわけではないのです。そのときそのときの状況をみながら、食べるときもあるし、食べないときもあります。政治の仕事が忙しいので、こんなに食べると仕事ができなくなります。だからその日に合わせて、この順番に出ることになります。

【24】宮中の宴会食

宮廷の中ではさまざまな宴会があります。一番大きいのは王位継承の時です。そのほかにもお妃様を迎えたり、子供が生まれたり、いろいろなお祝い事に宴会が催されます。

昔は結婚式などの大きな宴会の時には、まだ写真がなかった時代でしたので、記録に残すために画工を呼んで絵を描かせました。ここに掲げた「戊申年（1848年）通明殿進饌図」を見ますと、踊ったり食事をしたりする人たちとか、一番手前の方は当時の武人たちが立っている様子が描かれています。一枚の絵を見ればその時代の宴会の規模が分かります。こうした記録が現代の我々に伝わっています。

【25】宮中の宴会食 儀規と進饌図

いま絵画の記録を紹介しましたが、書籍になった記録もあります。ここに掲げた『園幸乙卯整理儀規』という本は1795年に出版されたものですが、朝早く起きたときの茶菓床（チャカサン）のことが書かれています。右の絵は1848年の夜の宴会が描かれています。

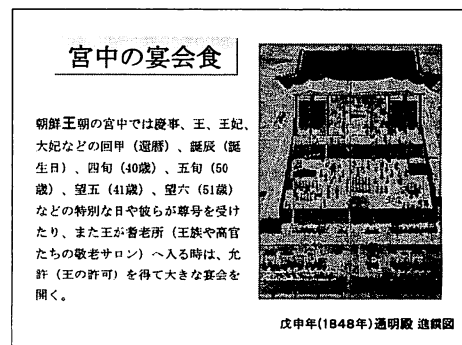
【26】宮中飲食関連古文獻

これは「宮中宴会食儀規」という資料ですが、ここには18回の宮中宴会の様子が記されています。

【27】進饌契屏の部分図

宴会が終わったあと、ここにあるような屏（色紙のようなもの）に式の様子を描いたものを、参加者にお土産として渡します。それをもらった人たちは自分の立場からその絵を見ます。たとえば食関係の人たちは食べ物をどんなふうに飾ったり、置いたりしたかとかを研究します。

【28】饌品单子（献立、menu）



この饌品単子は韓国語では(シクダン)と言いますが、宴会の前に準備するもので、日本では献立、西洋ではmenuですね。その色によって差し上げる人が決まっています。写真では左から王様、王妃様、皇太子様というように、中を見ると人によって献立の内容も違ってきます。

【29】進饌の器用図

この図には宴会のとき使った食器や容器が描かれています。

【30】饌案の例 各色餅

右は昔から伝わっている宮中宴会に関する資料ですが、その中のから再現したのが左の各色餅(ケッセピョン)です。この資料に記された材料や種類をそのままに再現して、積み重ねた餅です。この高さはお祭りや宴会の重要度によって変わります。高いときは50~60センチにもなり、背の高さにもなることもあります。このようなことが実際に文化として伝わるので、今回はこのように再現してみました。

【31】奉寿堂進饌(1795年)の再現

資料によっていろいろな再現をします。たとえば、国立国楽院の宮中宴礼楽の公演(2002年)のように、昔の伝統音楽の公演があるときなどにも宴会食の再現を行なっています。

【32】“恵慶宮洪氏の回甲宴”再現

韓国行けば世界遺産になっている昌徳宮(チャンドクン)を見ることができますが、この写真はそこに再現した進饌の数々です。

【33】宮中の迎接客

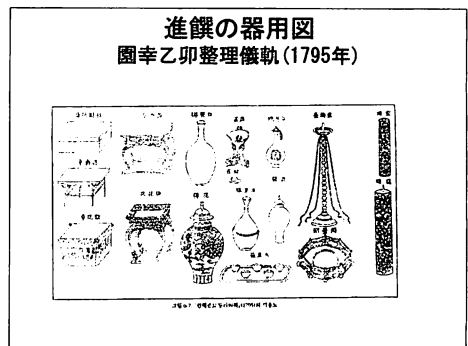
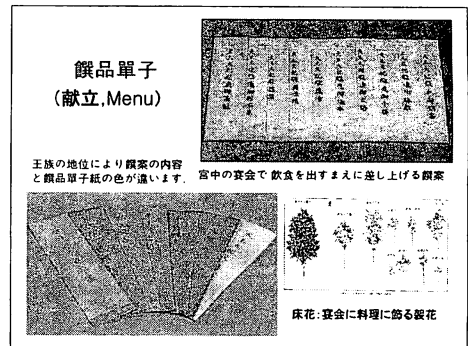
たとえば韓国の場合中国からの大使がたくさん来ますが、そのときに出す料理の再現は、実際にこのようにしたかは資料が残っていないので分かりませんが、“チャングムの誓い”のときには、よその国からみえる最高のお客様ですので、いろいろな研究の末、韓国料理だけでなく、中国料理などを混ぜています。

【34】宮中の料理人

この写真は宮廷料理をつくる人たちです。たとえば、“チャングムの誓い”にも子供のころから入った場面がありました。実際には、尚宮(サンゴン)になるためには8歳から13歳の間に宮廷に入ります。幼いときから学ばないと成れないものなのです。入ってすぐは料理は作れません。指先の感覚を養うために松の実を指でつかむ練習をします。そうして30年くらい経ってようやく、レベルの高い尚宮になれるのです。それまでは厳しい修業の連続です。

右下の写真には男性が見えますが、待令熟手(テリョンジュクス)という調理師さんたちです。韓国で待令というのは宮廷の中で監督するという意味があります。熟手というのは熟練した調理師ということです。父親に連れてこられ手伝いをしていた子供たちが、やがて大きくなって調理師になるのです。今の目で見れば女性と男性がちゃんと分かれて料理をするような仕組みになっているのではないかなと思います。

【35】宮中の台所



宮廷の中の様子ですが、一番大事なのはまん中にある焼厨房と左側にある醬庫です。焼厨房は料理をつくる台所です。醬庫ですが、韓国では醬（ジャン）をよく使います。たとえば味噌はテンジャン、赤味噌はコツジャン、醤油はカンジャンというようにです。韓国ではこれらの醬（ジャン）をつくる時は吉日を選んで作ります。もし間違っただけで味が違ってくると、家族のみんなが1年間食べ物に苦しい思いをします。ですから醬（ジャン）を作るときは神様にお祈りをしながら作るのです。

【36】宮中の内医院と医女

“チャングムの誓い”のチャングムは、実際にはお医者さんなんです。その当時女性がお医者さんになることはとても難しいことなのですが、王様の医女になったのです。では、どうして医女が食べ物にそんなに詳しいのかというと、韓国では食医といって、今でいえば栄養士の役割をしたのではないかと思います。それは薬より食べ物を大事にした時代なので、それを先に学んでからお医者さんになるのが宮廷の中では基本ではなかったかと思えます。昔の医女の役割としては、ここに薬屋妓生と出ていますが、仕事のないときは宴会に出て踊ったりもします。それから、宮廷の中には女性が大勢いますので、たとえば盗難事件があったときなどは女性警官として、捜査をしたり身柄を拘束したりする役割を果たします。ですから、宮廷の中で一人がお医者さんにもなるし、踊りもできるし、警察もできるというように、いくつもの役割を担った人だったのです。

【37】チャングムの料理

左上の写真には幼い子供たちが座っていますね。これは子供のときから絶対味覚を学ぶためなのです。このときに食べたものを全部覚えて、自分で作るようになります。

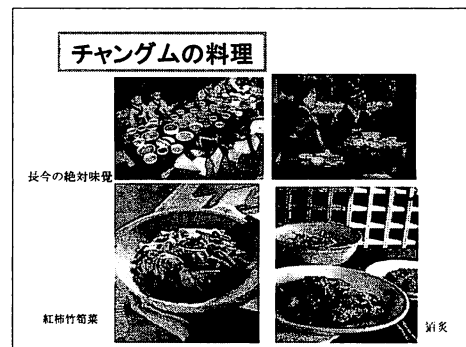
下の写真はタケノコ料理です。昔は砂糖が貴重でありあまり使えませんでした。そうすると甘味をどうやって出すかというと、果物の味を活かして甘味を出します。これは“チャングムの誓い”でも出てきましたが、柿を熟成させると甘味が出てきますが、その柿を入れて甘味を出したものです。誰も気がつかなかったんですが、チャングムはそれを食べて「柿から出た甘味です」と答えました。

【38】長今と錦英の閔延鎬への贈り物

チャングムのこの場面で伝えたいメッセージは、自分が作った料理を相手にどのように食べてもらって、感動を伝えるかということです。ですから料理を作るときは、自分が好きな人、あげたい人のことを思って、心を込めて作ると味が違ってきます。

【39】饅頭競演大会

ドラマの中で料理の大会がありますが、長今（チャングム）と錦英（クムヨン）の二人が料理の腕を競う大会ですが、よく出るものは餃子（韓国の饅頭）でした。いろいろな餃子が出ていますが、どうして餃子をよく作るかというと、餃子というのは野菜・魚・肉などいろいろな食材を入れて皮で包みますね。写真をよく見ていただきたいのですが、風呂敷を包むかたちになります。それは幸せの福を包むことに通じます。そして正月などにそれをもらって食べると、自分の一年間の福が戻



ってくるという意味がありますので、それをよく好んで食べるのです。

【40】最高の対決料理メニュー

ここには二人の対決料理のメニューが出ています。長今（チャングム）が作ったものと錦英（クムヨン）が作ったものが、コース料理のように出ていますね。これは伝統的な料理の作り方を大切に作って作った料理（クムヨン）より、その料理法をもとに工夫して作った料理（チャングム）のほうが評価されたという話です。この料理は古い資料を元に、昔の人たちから聞いた作り方で作っていますが、その中に近代化された食材や作り方を合わせて作っていますので、伝統料理を現在につなげるメニューだと思っています。



〔韓国宮廷料理を国際化するために〕

1. 南北首脳会談晩餐会

私は韓国の食文化というものを世界に伝えたいと思っています。たとえばこの写真は、2000年の南北首脳会談のとき現代化された宮廷料理をコース料理として作ったものです。これからの各国の代表的な文化は食べ物だと思っています。その食べ物を国際化・世界化したい思いで今いろいろなアレンジをしています。北朝鮮が作った食べ物もあります。

最高の料理として宮廷料理がいわれませんが、実際いま我々が触れ合うものとしては、そのままでは高いし、取り付きにくいところがありますね。ですから食べ物としては、現代の皆さんが楽しくて、食べて幸せになるためにはちょっと変えた方が良くないかと思っています。

2. 朝鮮王朝宮中飲食専門店

2年前、ソウルの近郊に宮宴（クンヨン）というレストランを開いて、現代の人びとに合う宮廷料理をアレンジして運営しています。

宮宴クンヨンの長今〔チャングム〕晩餐メニューを紹介します。

これは“チャングムの誓い”に出る料理をアレンジして、お客様にコース料理として現在出しているものです。これは日本のお客様が一番ご存じの内容で、みんなこの味をみるためにお客さんが今どんどん増えている様子です。

〔社団法人宮中飲食研究院〕

私が今住んでいる場所は、韓国の宮廷があった場所の一番隅の所です。そこにこの写真にある宮中飲食研究院を開いて、宮廷料理の研究を続けています。私は宮廷料理を作るために運命的に生まれてきたのではないかと思っています。

その中で研究者として学んだり、教えたりすることが、いま現在の楽しみです。

詳しい内容はホームページに出ていますのでご覧になってください。

昔も良いものはたくさんありますが、いま現在我々の体に合うものも大事だと思います。たとえば、太らなくて若さを保てる食べ物はなんだろうとかを研究して、現代化された宮廷料理があればいいかと思っています。特に日本の場合は日本の伝統的な料理があるので、それを研究して一緒になって行ってほしいなと思います。食べ物によって生きている我々ですので、健康のために食べ物の大事さを皆さんも感じてください。それと、韓国の食文化を、兄弟のような日本に伝えることができて本当にうれしく思います。韓国の食べ物の自慢話をもっともっとしたのですが、もし機会があったら韓国まで来て、味をみて感じてください。今日はこんなに暑いなか、皆さん静かに聞いてくださって本当にありがとうございました。