

納豆に「なっと」くする

好物はなにかと問われると、やはり鮪や蛸の刺身を第一にあげたいが、豆腐や納豆も捨てがたい。豆腐や納豆は刺身と違って値打ちであり、とくに納豆は毎日欠かさず食べている。納豆のない生活など考えにくいほどだ。

本屋でたまたま小泉武夫『納豆の快樂』という文庫本を見つけ、さっそく興味深く読んだ。第1部「納豆は発酵食品の王様だ」、第2部「小泉流納豆怪食法・レシピ 22」から構成された、「読んで納豆食う＝納得の食エッセイ」である。示唆に富むことが多かったので、すこし紹介しておこう。

第1部の「納豆から日本が見える」というなかで、納豆という発酵食品ほど飯のおかずによく似合って、そして大層美味で、日本人の心とからだに一番よく合った食べ物はないと指摘する。同感であり、あつあつのご飯に納豆があれば満足だ。思い起こせば、信州大学の貧しい下宿時代、飽きもせず「納豆ご飯」を食べ続けたことであろうか。

この本によると、国内の食品用大豆の消費量は年間約 100 万トンで、そのうち 13 万トンが納豆に使われているという。100 万トンのうち約 95%は輸入大豆に依存している。まさに輸入大豆のおかげで、おいしい納豆を毎日食べられるのである。食料自給率の低さが問題視され、農業こそ「生命維持産業」とされるが、好物の「納豆から日本が見える」を実感する。大豆価格の高騰などから、納豆の生産が危ぶまれる事態も予想される。ただ事ではない事態だ。

「小泉流納豆怪食法」のレシピ 22 は食べたくなるのも多かったが、一つだけ注文をつけたい。レシピの中に「納豆ステーキ」がなかったことだ。これは毎朝つくる、数少ない私の料理メニューで、納豆と卵をよくかき混ぜて、フライパンで焼くものである。焼き加減がむずかしいが、納豆のネバネバが味わえる焼き方がよい。とにかく毎朝、「納豆ステーキ」づくりに挑戦している。この「納豆ステーキ」は「納得」してもらえんであろうか。

(2008 年 2 月 27 日 記)