

コク

今回は、釈迦に説法みたいなお話です。

美味しい料理やお酒をいただいたとき、「コクがあって美味しい」と、よくいいます。グルメとはとても言えない私でも、「このラーメンのスープはコクがする」などとしばしば言いますし、また、確かにそう感じるときがあります。

では、「コク」とは何か、どういう感覚か、と、言葉で説明しようとするのがなかなか難しいものです。プロの調理師の皆さんからみれば、何を今更と言われてしまいそうですが。

そこで、国語辞典を引いてみますと、まず、語源は「“濃い”から来た言葉ではないか」とあり、「濃厚なうまみ」という意味だとありました。なるほど、「濃厚なうまみ」か。だから、「コクがあるのに、キレがある」と、ビールのコマーシャルでもいうのか。

とは言うものの、以前にこの欄で「うまみの科学」について触れたことがあります。コクについても、もう少し科学的な説明はないのかと、探したところ、京都大学の伏木亨教授（農学）が、「コクとうま味の秘密」という本で、こんな解説をされておりました。

まず、「コク」と「うまみ」は、違うこと。「うまみ」というのは、甘味、塩辛さ、酸味、苦味などともに、いずれも「特定の化学物質に対応する味」であること。確かに、甘味といえば、砂糖や水飴、味醂など。塩辛いのは、塩化ナトリウム、酸味は酢酸などの酸、うまみはグルタミン酸などアミノ酸、と、多くの味の本体が化学物質として分かっています。

一方、「コク」はそんな単純なものではなく、もっと「総合的なもの」だと教授はいいます。「例えば、砂糖だって白糖と黒糖は違う。塩だって工業的に作られたものと天然塩は違う。調理師は、様々な食材から多くの味覚を引き出し、動員して複雑な味わいを作り出す。よく調理された料理は、甘味や塩味のような生の味覚をストレートに感じさせない。それが“コクがある”ということだ。」

「沢山の味が混ざり合って、一つ一つの味の区別が付かない状態」である。そして、「コクのコア（中心部）は、油（脂肪）、糖分そしてダシのうま味の3つである。」つまり、この3つは、「糖と脂肪とたんぱく質」という三大栄養素です。そしてコクとは、「それらの栄養素を豊富に含む状態である」。だから、「人間を含めて動物はコクのある食べ物を求める。それは、豊富な栄養素を確保するための本能的な感覚である。」と説明しています。

教授は、「ネズミはコクのある食べ物を好む」といっています。ネズミは、油、糖、ダシのうま味を、非常に好み、やみつきになるそうです。それは実験で確認できるそうです。

麻薬のような一度使ったら止められない、耽溺性の強い薬物の作用を調べる実験装置があります。例えば、鳩に麻薬入りのえさを与え、ある麻薬にやみつきになるかどうか、調べるためにその装置を使います。麻薬入りのえさを食べるためには、鳩が、口ばしでレバーを押さないと食べられないように、その装置をセットする。始めは1回押すだけでえさが出るようにセットしますが、やがて何百回も押さないと出てこないようにする。すると、鳩は麻薬欲しさに、えさが食べられるまで夢中でレバーを押し続けるのです。この機械を使って、例えば実験用のネズミ（マウス）に油などを与えて実験すると、ネズミは夢中になって、レバーを押し続けるのだそうです。

様々な食材をから油や糖、ダシのうま味を引き出し、動員して、混在一体となったコクのある美味しい料理を作り出す。それは丁度、画家が、様々な絵の具を使って、一枚の美しい、人を引き付ける絵画を描き出すのと全く同じですね。料理は芸術であり、調理師とは、添えを意味出す「アーティスト」であるこ

とを再認識しました。

コクは、飲食に用いる言葉ですが、「あの人はコクのある人だ」、とか、時には、「コクがあるいい試合だった」というように、人やスポーツの試合の評価に使ったりします。辞書では、コクの意味に、「内容に深い趣があること」という解説もありましたが、分かるような気がします。私も、「コクのある政治家」だと言われるようになりたいものです。