

いもの美味しさとは－ジャガイモの場合－

東京家政学院大学 教授 林 一也

食べ物の美味しさを論ずるのはなかなか難しい。単純に味覚だけの問題ではないからである。味やその場の雰囲気、一緒に食べる人なども「美味しさ」には大きく影響を与える。

いろいろな食べ物の美味しさは、主に味覚を基準にして行われている。最近では味覚センサーといった測定機器を使った味覚の分析も行われている。味覚センサーで測ると、コーヒー牛乳は、麦茶と牛乳と砂糖を足すと同じ味覚になるし、キュウリにハチミツではメロン、プリンに醤油でウニとなる。このように味覚だけで美味しさを測るのは無理がある。

ところで、“いも”の場合はどうだろうか。美味しいサツマイモ、美味しいジャガイモといっても基準をどこに求めるのかが、難題である。

サツマイモは、ホクホクしているもの、ねっとりしたものとタイプはあるが、基本的に「甘い」が美味しい基準となるだろう。一方、ジャガイモは、ホクホクして煮崩れるもの、しっとりして煮崩れないものと、サツマイモと同じように食感のタイプがあるが、甘いとか、旨味があるとかいう、これといった基準が見当たらない。

まず、美味しいと感じるためには、食べ物が口から食道へ向かわなければならな

い。口の中では味覚が働き、噛んだ時の食感や飲み込むときの喉越しも重要な要素である。味覚には「五つの基本味」といわれる味覚がある。甘味、塩味、酸味、苦味、そして旨味である。本能で考えると、甘味はエネルギー源を見分ける能力、塩味はミネラルを見分ける能力、酸味は腐ったものを見分ける能力、苦味は毒を見分ける能力、旨味はたんぱく質を見分ける能力である。この5つの基本的な味は「味覚」であるが、美味しいには辛味や渋味といった痛覚や触覚も加わってくる。

さらに味覚を左右する要因は、非常に多様にわたっている。物理化学的な要因では、①化学的な味である「甘・酸・塩・苦・辛・渋・旨」、②物理的な味である「堅さ・粘り・温度・弾力・舌触り」が影響を与えている。また、生理的な要因では、空腹感・満腹感・渴き感・健康状態などが、心理的な要因では、色・香り・外観・嗜好・食事環境・食経験・心理状態などが挙げられる。心理的要因も美味しさには非常に重要な要素で、「焼き肉屋でけんか別れする恋人」はいても、「スイーツを食べながらけんか別れする恋人」はいないと言える。

もう少し一般的に言えば、美味しさ・嗜好の要因としては、①空腹を満たすといった生理的な欲求に基づくもの、②甘いや旨

い、辛いなどの味覚、触覚としての美味しさに基づくもの、③民族の文化や母親の味などといった食経験や食文化に基づくもの、④美味しい店や美味しいものといった評判などの外部からの情報に基づくもの、⑤やみつきになるというような快楽的な欲求に基づくもの、などである。

たとえば、昔からジャガイモを食している人などは、“いも”くさいジャガイモが美味しいと感じる人が多い。しかし、大学的女子学生などを対象に調査すると、いわゆる“いも”くさいジャガイモよりも、味が薄い（味が無い）ジャガイモが好みと答える。ジャガイモをあまり食べない、嫌いという女子学生もフライドポテトにすると、いくらでも食べるのである。ポテトチップスにしてもそうである。

北海道では、シンプルにジャガイモにバ

ターや塩辛をつけて食べたりするが、九州ではしっかり味付けしたような食べ方が多い。地域によっても食べ方はいろいろであり、地方ごとに様々なジャガイモ料理が存在する。

このようにジャガイモの美味しさを考えた場合、つかみ所が無いのである。サツマイモは、焼きいもにしてそのまま食べる率が高いが、ジャガイモは、何らかの調理加工をして食べるのがほとんどである。その調理に合うジャガイモが美味しいと考えるのが素直なのではないだろうか。サラダに合うジャガイモ、肉じゃがに合うジャガイモ、フライドポテトに合うジャガイモなど、それぞれの“いも”の個性が調理とハーモニーを醸し出す。

やはり、「ジャガイモの美味しさ」は難しい。