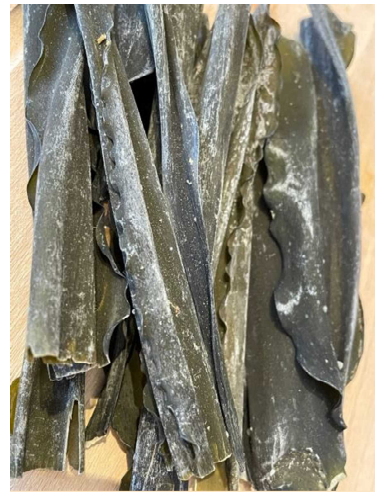


149 うま味 (UMAMI) (2023 年 2 月 23 日)

日本食の人気の高まりとともに、フランスで「うま味」や「出汁」という言葉を聞いたことがある方は、少なくないのではないのでしょうか。出汁は、フランス料理のブイヨンに当たるもので、和食の味付けの基本となるものです。出汁の美味しさは、出汁に含まれるうま味成分にあります。「うま味」は、日本人が発見したことをご存じでしょうか。

古くから日本料理では、昆布から出汁を取っていました。出汁を取るときは、乾燥昆布（写真右）を水で戻します。日本人は、昆布から出た成分を含んだ出汁が美味しいことを経験的に知っていました。この美味しさの秘密を科学的に証明したのが、日本の化学者である池田菊苗（きくなえ）博士（1864–1936）です。池田博士は、1908 年に美味しさの正体がグルタミン酸であることを発見し、「うま味」と名付けました。出汁は、鰹節（写真左下）や煮干し（写真中央下）と干し椎茸（写真右下）からも取ることができます。池田博士に続く日本人科学者が、鰹節や煮干しにはイノシン酸が、干し椎茸にはグアニル酸が含まれ、グルタミン酸と同様にイノシン酸とグアニル酸もうま味成分であることを発見しました。



現在では、「うま味」は、「甘味」、「酸味」、「塩味」、「苦味」と合わせて5つの基本味とされています。しかし、池田博士が「うま味」を発見しても、すぐには世界では認められませんでした。実は、グルタミン酸やイノシン酸を含む食材があるのは、日本だけではありません。トマトや玉ねぎといった野菜類にはグルタミン酸が含まれ、豚肉を始めとする肉類にもイノシン酸が含まれています。日本の水は軟水ですので、うま味成分を抽出しやすいのですが、欧米の水は硬水なのでうま味成分を抽出することが難しいという違いがあります。欧米では、野菜や

パリの日本大使館員がフランスで見つけた日本

肉類のうま味を料理に利用していても、うま味を抽出して他の食材の味付けに使うことがなかったために、うま味を認識することが難しかったのではないかと専門家は分析しています。2000年に、舌にはグルタミン酸を受容する受容体が発見されたことで、「うま味」は「甘味」、「酸味」、「塩味」、「苦味」とは異なる味として認められるようになりました。現在では、UMAMI は世界共通語となっています。

出汁を取るために使われる食材の代表的なものとして、ここでは乾燥昆布、鰹節と煮干し、干し椎茸を挙げました。これらは、乾物であるという共通点があります。食材を乾燥させることで、うま味成分が増えます。ドライトマトは、生のトマトよりも凝縮された美味しさがあることから、お分かりになるかと思います。日本では、複数の食材から出汁を取った合わせ出汁を使うこともしばしばあります。複数のうま味成分が合わさることで、出汁に深みが出ます。「うま味 (UMAMI)」は目に見えませんが、和食の広がりとともに、フランスでも UMAMI を感じる機会が増えています。