

# わたしと和菓子との出会い ～「あんこ」のお話～

金塚 晴子

和菓子スタジオ「へちま」を主宰される金塚晴子さんは、身近な道具を使った、家庭でもつくりやすい和菓子を提案されています。教室で一般の方に教えるだけでなく、デビュー作の『ほーむめいど和菓子』（文化出版局）をはじめとする著書多数。やさしく、美しく、おいしいレシピが人気の和菓子家です。

「和菓子づくりとの出会いは、偶然のこと」と笑う、金塚さん。かつてはレコード制作ディレクターとして激務をこなし、一冊の本に出会ったことがきっかけでレコード会社を辞め、製菓学校に入学されています。近著の『あんこのお菓子』（マイナビ出版）のお話を中心に、和菓子にかかせない「あんこ」のお話を、たっぷりうかがいました。

## 音楽業界から和菓子の世界へ

私が音楽業界にいた頃はまだレコードが全盛で、アイドル路線のヒット曲がたくさん出ていた時代。会社を辞める頃にやっと、

レコードからCDに切り替わるかという時期で、仕事はとにかく忙しかったです。

その頃から和菓子は嫌いではなかったんですが、すごく興味があった訳でもなかったんです。だから和菓子づくりとの出会いは、ほんとうに偶然のこと。その当時のことを、あるエッセイに書いたことがあります。

「そのころの私は、来る日も来る日も音楽スタジオにこもり、レコード制作の仕事に明け暮れる生活でした。

そんな時、一つの録音が終わって次のスタジオに行くまでに、二時間ほどの空き時間ができました。映画を見るには足りないし、お茶も食事も済んでいたし、一人きりのこの時間をどう過ごそうかと思った時、目に入ったのが図書館でした。（中略）

手にとってページをめくると、そこには四季折々の美しい和菓子が並んでいました。その菓子の中から、風がすうっと吹いてきて、スタジオという密室から出てきたばかりの私の瞳を、そっと拭ってくれたような気がしました。そして、その風に押されて、私の和菓子作りが始まりました。」

（『和菓子とわたし』（淡交社）より引用）

その後、図書館で出会った本からたどって調べていくなかに、東京製菓学校で先生をされている方の本がありました。たまたま、次の仕事に移るあたりでちょうど時間があつたものですから「入学してみようかな」と。でも試験に受かって入ってみたら……プロの和菓子職人を養成する学校だったんです。たしかに「お菓子教室のわりには、月謝が高いな」とは思っていたのですが（笑）。

同級生には女性も一人いましたが、ほぼ全員が中学校を卒業したばかりらしき、うら若き男性ばかり。しかも和菓子屋の息子さんがほとんどで、忙しい時期には柏餅づくりを手伝ったりして、子どもの頃からいろいろな作業を体験済み。和菓子づくりのベースは、ある程度できている方たちばかりでした。

今の製菓学校は女性も増えていますがけれども、昔はそんなことはなかったもので、私のような未経験者に先生方もとまどわれたのではないかと思います。夜間部の授業は週3回だったので、仕事をしながらでも通えと見込んでいましたが、素人が教わる内容ではなかったのできつかったですね。みんなに全然ついていかれなくて。在学中の2年間は、みんなに「やっておいて」と頼みながら、ほぼ何もできないまま卒業したんです。

#### “へちま暮らし”に憧れて

そんな調子でしたから、人に和菓子を教えるとは思ってもみななかったのですが、友



金塚晴子さん。あずき博士・加藤淳さんの『小豆でぐんぐん健康になる本』（BABジャパン）が愛読書

人たちに「和菓子をつくってみたい」といわれて、じゃあ、とまずは3人から。さらにもう少し増えて5人……と、ほんの少人数の方にお教えすることになりました。

教室を始めた当初から、屋号は“へちま”です。花にしろ実にしろ、なんだか風に揺れるものが私は好きなようで、そんな“へちま暮らし”に憧れての命名でした。以前の仕事があまりに忙しかったので、ちょっとぶらぶらしようかなと。それにお菓子屋は夏ひまが閑なので、夏にぶらぶらしているものはなんだろう……と思って。

そのうち、お教えしていた生徒の方の一人から、「うちで法事があるので、菓子折の詰め合わせをつくってくれませんか」と頼まれました。その頃すごく閑でしたから「いいわよ」と、6種類ぐらいの上生菓子ばかりを詰め合わせた折づくり、法事で配ったんです。

そうしましたら、その中に編集者の方が出て「このお菓子をつくった人の本をつくりたい」といってくださって。やがて依頼

がきて、一冊目の『ほーむめいど和菓子』(文化出版局)をつくることになりました。出版が1997年ですから、もう20年も前のことですね。

最初は「本をつくる”って何するの?」という感じでしたが、その時ご一緒した、スタイリストの高橋みどりさん、デザイナーの若山嘉代子さんとは今も、本の仕事を越えたおつきあいが続いています。

私はすごく忘れっぽいので、昔のことはあまり覚えていないのですが(笑)、それでも、その時その時でないとできないお菓子や、今も同じものをつくり続けているのに雰囲気が違ってきたお菓子もあって。

たとえば紅白の花卉をつけた椿は、近著の『花の和菓子のつくりかた』(淡交社)でも紹介していますが、最初の本での椿は……だいぶ若々しかったですね(笑)。つくりながら段々進化するといいますか、手



近著の『花の和菓子のつくりかた』。昔からつくり続けている椿のお菓子を表紙でも紹介

つきも昔とは違ってきますから、逆に昔とは完全に同じようにはできないかもしれないです。

## 和菓子で大事なのは“やわらかさのバランス”

和菓子には人それぞれ好みがありますし、やわらかいあんが合うお菓子もあるし、硬いあんが合うお菓子もあります。お菓子に合わせたあんをつくるのは大切ですが、それと共に和菓子のおいしさのベースは、“やわらかさをマッチングさせること”なんです。

「わらびもち」のようにぷるっとしたものの場合は、硬いあんよりは、つると溶けるようにきめが細かく、アクの抜けたやわらかいあんの方が「あんことわらびもちが一体になって、おいしい」と私は感じます。練り切りの場合は、外側の皮と同じくらいの硬さのあんが入っている方が、切った時にも美しいし、食べても違和感がありません。

おはぎでしたら、ごはんの外側にあんこをつけるなら、やわらかくないと周りにつきません。反対に外側がごはんで中があんこなら、ちょっと硬めのあんこでないと。おむすびの中に、ぐじゃぐじゃな具が入っていたらおいしくないですよ。それと同じです。

このように、和菓子にとって一番大事なのは、「外側の“皮”と中の“あんこ”とのバランス」だと私は思っています。

また和菓子は、オイルをほとんど使って

いないので、乾燥しやすい食べものです。ヨーロッパのように、空気の乾燥した土地で成立した洋菓子とは違って、水でつないでいるようなもの。時間とともに、和菓子に含まれる水分は蒸発していきますから、和菓子の「しっとりとしていて、おいしい」という味わいは、時間とともに消えてしまいます。

国内でも雪が多く湿度の高い冬の裏日本でつくる和菓子と、関東でつくるそれとでは、配合が微妙に違う。晴れの日が多い関東の冬は特に乾燥していますから、裏日本と同じように練り切りをつくると、すぐにやわらかさが失われてしまいます。“きんとん”なんかは乾いてしまったら、食べにくいですね。バラバラになってしまいますから。

どんどん乾いていく“食べもの”を、いかにしっとりさせたまま食べるか……和菓子は、湿度の高い国の「湿度がぜったいに必要なお菓子」なんです。

ふだんはみなさん、こういうことを意識しないで食べていると思います。それはそれで正解なんですけども、つくっている段階で皮とあんこのなじみがよくないとか……そう何回も試さなくても、一回やればだいたいわかりますよね。和菓子をつくりはじめれば、こういうバランス感覚を自然と意識してわかるようになっていきますよ。

こんな風に、やればやるほど気づきが増えていくことで手いっぱいなので、実は、ほかのお店の和菓子には詳しくないんです(笑)。みなさん「どこそこのお店の〇〇が」



和菓子教室での小麦まんじゅう三種。左から／きんつばまんじゅう(粒あん)、酒まんじゅう(こしあん)、味噌まんじゅう(白あん)

とネットで調べたり、食べ歩きをされたりして、物知りだなと思います。私はとにかく小豆を煮て、「あ、こうすればおいしくなる」というほうに興味があるんです。

#### 小豆は、やわらかく煮えてないと

小豆って、とってもおいしい豆だと思います。ダイズやインゲン豆、いろいろな豆がありますけれど、小豆はまず香りがいい。そして砂糖を入れなくても煮るだけで、豆そのものがすごくおいしい。ゆであがった豆のおいしさは、ほかの豆と比べても飛びぬけてあると思います。

私は小豆をサラダにもミネストローネにも使います。それに“ベジタリアン版”とでもいいですか、ひき肉の代わりに小豆を使ったミートソースもよくつくりますね。ソースにすると豆の大きさがちょうどよくパスタになじみます。トマトやチーズともよく合う。小豆はもっと、お菓子以外にも消費されていい食材だと思います。

よくみなさん「豆を煮るのは、面倒」とおっしゃいますけれど、私は逆にそのつど

違うので、「豆を煮るのは、けっこう面白いなあ」と思っています。

『あんこのお菓子』（マイナビ出版）や教室でもしばしば、“小豆の煮方”を説明しますが、レシピ通りにやったからといって、同じようにできるとは限らない。使っている豆が違うこともありますし、ほんのちょっとの火加減とか、あとは季節によって、煮え方もアクも、全然違いますのでね。新米と同じように小豆も、新豆のときは水分をたっぷり含んでいます。収穫から時間が経つにつれて水分は減り、アクが強くなるのです。

教えるときは、ベースの煮方はありますけれども、やはり季節とともに少しずつ、煮方を変えていかないとはいけません。アクを抜くための水の量も、季節によって変わります。やわらかくなるまでの時間も、新豆の時と季節の終わりの豆とでは、大幅に違います。

「ああ、煮えたな」という時の香りであるとか、ほんのちょっとした色であるとか、アクの具合とか、やっていくうちに段々と身についてくるので。コンスタントに満足のいく煮方ができるようになるには、ある程度経験が必要かと思うんですね。

よく教室でも「言われた通りに煮たのに、うまいかなかったんです」と言われることがあります。その方がどの時点で、どこが悪かったのか、私が側ですっとついて見るわけにはいかないので困ります。“豆と交流する”とでもいうのでしょうか、ゆっくりと、豆にこちらを合わせながら何回で



小豆を煮る銅鍋は、金塚さんの特注品。鍋の重さ、混ぜる時の鍋肌の角度など、使い勝手が考え抜かれている

も、小豆を煮ることに尽きると思います。

ただ、私自身やってみて段々と思うことは、とにかく「よく煮えていない豆は、おいしくない」ってこと（笑）。

みなさんすごくこだわって、形をきれいにとか、煮崩したくないとか、いろいろされていると思いますが、要は「やわらかく煮えている」ことが、あんこにとっては第一なんです。皮むき小豆しょうずのようなアクが少ないあんこを好む方もいれば、こってりしたあんこが好きな方もいます。煮崩さないようにした方がいいお菓子もあります。でもどのあんも小豆がよく煮えていてこそおいしいのだと思います。むずかしく考えず、ビビらずしっかり煮てこそ、あんこはおいしくなるのです。

### こしあん党？ 粒あん党？

私は、自分でつくるようになるまでは粒あんがあまり好きではなくて、こしあん党でした。粒あんのお菓子にはわりと大きめなものが多いので、それを食べるとごはんが食べられなくなってしまうんです（笑）。

今でも、甘すぎる粒あんは苦手ですが、自分好みの甘さにできるようになってから「粒あんはおいしい」と思うようになりました。

私なりの解釈ですが、「酒まんじゅう」でこしあんが多いのは、香りのものだからではないかしらと。粒あんは、小豆の香りがよくします。だから酒まんじゅうの皮の香りを充分味わうには、やはり粒あんよりもこしあんの方が、香りの質がパツティングしないで、おいしいのではないかと思います。

それから練り切りでも、中に入れるあんをこしあんにすることが多いのは、粒あんを包むと練り切りの表面がデコボコしがちだから。練り切りは細工ものですから、“表面がきれいにしないと”というのがまず、あると思うんです。それに白や薄いピンク

といった淡い色の練り切りには、白あんや黄身あんなどでないと、表面に粒あんの色が響いて汚く見えてしまうんです。ですから粒あんを使いたい時は、皮がやわらかい大納言小豆にしたり、いったん白いあんで中包みして、影響がでないようにすることもあります。

こうした技は和菓子の繊細な心遣いというよりも、見た目にも食べても自然なものがやはり、おいしいから。あんまり“心して”といったものではなくて「普通に考えたらそうになってしまう」ことを、自然にしているだけなんです。

和菓子ってしみじみおいしいもの。みなさん、そんなにしょっちゅうは食べないかもしれないですけど、食べると人を「ほっ」とさせる何かがある。何気ない小豆の和菓子が、やっぱり一番おいしいなと思います。

### インタビューに登場した、金塚晴子さんの著作

『あんこのお菓子—毎日食べたい和のおやつ』  
マイナビ出版 刊 ¥1,530+ (税)、2016年3月20日発売、95p

あずき粒あん、こしあん、白あん、大納言蜜漬けあんなど、風味豊かでおいしいあんこが家庭で手軽に作れます。人気の和菓子48品を紹介。



#### 『和菓子とわたし』

淡交社 刊 ¥1,600+ (税)、2008年3月発売、112p

多忙な日々にも偶然ふれた和菓子の優しさ。和菓子と私、出会って今日まで。四季折々の和菓子とともに綴られたみずみずしいエッセイです。

#### 『花の和菓子のつくりかた』

淡交社 刊 ¥1,600+ (税)、2015年3月発売、103p

「かわいいね」の一言がもらえる自慢の手づくり、草花から連想した和菓子のつくりかたを紹介します。和菓子を創作したくなる、着想法も必見。