

# 寿司

外国人観光客の間で人気の日本食といえば、すき焼き、天ぷら、そして寿司。今や寿司は世界中で人気の食べ物となりました。ヘルシーなだけでなく、おいしくて見た目も美しいと、海外で日本食がブームです。しかし、実は寿司は日本生まれの食べ物ではありません。



寿司の起源は、紀元前 4 世紀頃の東南アジアにさかのぼります。タンパク質をおぎなうため、米の中に塩味をつけた魚を漬けて発酵させた魚肉保存法だとされています。内臓を処理した魚を米飯に漬け、米飯の自然発酵によって魚の保存性を高めた食べ物でした。この寿司を「なれ寿司」と呼び、数十日から数カ月たったところで魚をとりだし、食べるのは魚だけ、米は捨てられていたのです。



「なれ寿司」はその後中国大陸に伝わり、8 世紀頃平安時代の日本にも伝わります。時が経つにつれて、寿司は様々な変化を遂げてゆきました。発酵時間はおよそ一週間に短縮され、魚と共に米が食べられるようになりました。これが「生成寿司」です。その後、発酵時間は更に短縮され、1600 年頃には米に酢が加えられるようになりました。これが「早寿司」です。一晩で寿司が食べられるようになったのです。

1820 年代、大きな変化がおきました。華屋与兵衛という寿司職人が酢飯を握り、その上に一切れの魚を載せたのです。これですぐに寿司を食べられるようになったわけです。これが今日の「握り寿司」の始まりです。与兵衛は江戸の町の屋台で箱に握り寿司を並べて売り始めました。商売は大成功を収め、握り寿司は瞬く間に人々の江戸中の評判を集めました。

その後、1923 年の関東大震災により、被災した東京の寿司職人達が故郷に帰り、日本全国に広がっていったのです。

1980 年代頃からアメリカでは、魚と米で作った寿司は、健康に良い食べ物として、スシ・ブームが起こり、スシ・パーがたくさんできました。そして、熟練した寿司職人の技術をもった寿司ロボットの登場により、寿司は大衆化し、スシ・ブームはアメリカのみならず全世界中に広がっていきました。



ある統計によれば、海外にある日本食レストランは、推計で 20,000~24,000 店舗。もっとも多いのは北米の約 10,000 店、次いでアジア地域の約 6,000~9,000 店。欧州には約 2,000 店、中南米に約 1,500 店、オセアニアに約 500~1,000 店、ロシアに約 500 店、中東にも約 100 店の日本食レストランがあります。そしてその約 6 割が寿司をメニューとして提供しています。

# *Sushi*

When thinking about Japanese food that is popular among foreign tourists, Sukiyaki, Tempura and Sushi may come to mind. There is a boom of Japanese food all over the world: not only because it is healthy, but also because it is tasty and visually beautiful.

But actually, sushi is not Japanese in origin.



The origin of sushi dates back to the 4<sup>th</sup> Century, BC, in South-East Asia.

At that time, sushi was used as a method of preserving fish to provide protein. The cleaned and gutted fish were kept in rice so that the natural fermentation of the rice helped preserve the fish. Dozens of days, or months later, the fish was picked out and eaten, and the rice was thrown away. It was called “Narezushi”.



“Narezushi” spread to mainland China, then came to Japan around the 8<sup>th</sup> Century, AD, during the Heian period.

As time went by, sushi went through several changes in Japan.

The fermentation time was cut down to about seven days, and the rice was eaten together with fish. This was referred to as “Namanarezushi”. Then, the fermentation time was shortened even further. Around 1600, a new kind of sushi appeared with vinegar added to the rice. This was known as “Hayazushi”, which translates to quick sushi: people waited only one night to eat it!

Then, in the 1820s, a great change happened. A sushi chef named Hanaya Yohei pressed vineyard rice into his hand and put a piece of fish on it. People were now able to eat sushi right away. This is the beginning of “Nigirizushi” His business was a great success, and sushi rapidly became popular. After the Great Kanto Earthquake in 1923, a lot of sushi chefs left Tokyo and Nigirizushi spread throughout Japan.

Around the 1980s, a sushi boom hit the United States, and a lot of sushi bars appeared. With the advent of sushi robots which use the technology of skillful sushi chefs, the sushi boom has extended not only to the United States but also around the world.



According to some statistics, the number of Japanese restaurants overseas is estimated to be 20,000 ~ 24,000. North America has approximately 10,000 sushi shops, followed by Asia, with about 6,000-9,000 shops; Europe with about 2,000 shops, Central and South America with about 1,500 shops, Oceania with about 500-1000, Russia with about 500 shops, and the Middle East with about 100 Japanese food restaurants, 60% of which serve sushi.