

縄文女子 の 妄想トーク

縄文人と「食」

今回の妄想トークのメンバー



20年前から北海道の縄文PRに力を注ぐ、縄文沼の女神様



北海道食材をこよなく愛す料理人 エゾシカや山菜を使った縄文メニューの開発も



北海道エリアのグッとくる遺物に興味津々!かわいいグッズにできそうな遺物を常に探している



知れば知るほど沼にハマリ縄文人の精神性が大好き!地域の活動にも縄文を取り入れている文具店店主

今回のテーマは、ずっとやりたかった縄文人の「食」について話していきましょう!
縄文人は、かなりグルメだったよね。

季節の旬を描いた「縄文カレンダー」(JOBON vol.01 参照)をみると、思った以上に食材がたくさんあってテンションあがるわ! マグロやサケ、アワビにウニ...今の時代的高级食材がいっぱい!いろいろなごちそうがつくれそう♪

今回の表紙になっている、千歳空港から出土した「ビビちゃん」も食べていたのかな?

ビビちゃんは水鳥とかアザラシとかいろんな説があるけれど、どちらにしても、結構大切な食材だったかもー。

調理方法は? 土器が生まれる前は、食材は生か、焼いて食べるくらいだったんでしょ?

土器のおかげで、木の実や山菜のアク抜きもできるし、柔らかく煮込むことで消化も良くなって、お年寄りや子供も食べやすくなる。料理のバリエーションも増えるし、健康増進にも一役買ったんじゃない?

煮込むと食材からだしが出るから、少し調味料を加えるだけで深い味になる。塩があれば完璧よね!

さすが料理人!本州では塩をつくるための土器も見つかっているのよね。北海道の海の幸や昆布はすでに塩味がついていて、調味料としても上手に利用していたのかも。

縄文時代にはすでにお酒をつくっていたという説もあるけれど、その辺はどう思う?

ヤマブドウを土器に入れて貯蔵しておいたら、いつのまにか発酵して偶然にできちゃった...ってことはありそう。縄文ワインね!

それはぜひ飲んでみたいな〜。

酒器のような注ぎ口がついた土器が出土しているから、特別な飲み物として祭祀に使われたかもね。

毎日の食事作りはどんなふうに行っていたと思う?集落ごとにまとめて作っていたという説もあるみたいだけど。

どうなんだろう?煮炊きに使用していたといわれる土器は結構大きいもんね。いつものごはんはともかく、特別な獲物が捕れた時は、みんなでごちそうパーティやってたんじゃないかしら。

特別な獲物?私、料理担当やりたい!

それならそのパーティ絶対参加したい!

私も!私も!!!

縄文時代 食 のこぼれ話

土器についていたおこげ



道内最古の土器 (写真提供: 帯広市教育委員会 撮影: 佐藤雅彦)

科学的な解析によって、土器でエゾシカや魚類、海獣などを煮ていたということがわかってきました。

北海道に がやって来た



もともと北海道にはなかったクリの木。5,000年前頃に津軽海峡を渡って来て、ひろがりました。



北海道の縄文人に虫歯が少ないわけは...

本州の縄文人は、糖質を多く含む木の实などを中心に食べていたので、虫歯が多かったそう。一方、海の幸をメインに食べていた北海道の縄文人は虫歯が少なかったらしいですよ。

縄文時代のスパイス



遺跡からは、シソやサンショウなどが出土しており、縄文人はいろいろな味付けを楽しんでいたことがうかがわれます。

お酒も飲んでいた?



野山に豊富に実っていたヤマブドウなどを発酵させて、果実酒を楽しんでいたかも?