

洋食

日语里有一个词叫“和汉洋”。“和”指日本，“汉”指中国，“洋”指西洋。在现代日本的文明与文化中，和汉洋三种要素就像三足鼎的三条腿，缺一不可。

日本人的饮食生活基本也是“和汉洋”，餐饮的菜式大致可以分为“和食”、“中餐”、“洋食”及“其他”四个种类。无论和食还是洋食，中餐还是其他，我加藤彻都很爱吃。

对日本人来说，洋食和西餐是截然不同的两种东西。日语里也有“法餐”和“意餐”这样的说法，指的是地道的法国菜和意大利菜。

与之不同，“洋食”这个词在 1860 年代末、也就是明治时代在日本流传开，特指日本式的西餐。这些菜肴虽然使用西式的酱料或番茄酱调味，但调味方式和使用的食材却以日本人的口味为基准。

另外，还有一些日本人发明的西式菜肴在明治时代之前就已经存在，这些菜肴就不属于洋食，而归化成了和食、也就是日本料理。就比如天妇罗，起源于 16 世纪从葡萄牙传到日本的一种油炸菜肴。而现在，天妇罗配酱油，已经成了一道标准的日本菜。

如今，日本的法餐馆和意餐馆数不胜数。与此同时，各地也开着许多“洋食屋”，以低廉实惠的价格提供日式西餐。

比如，意大利面原本来自意大利，而日本有一种意面叫“那不勒斯意面”，取意大利城市“那不勒斯”的名字命名，用番茄酱调味，这种意面就是日本人自己发明的。

另外，还有汉堡肉排、炸猪排、可乐饼、炸大虾和炸牡蛎等等，和白米饭也都是绝配。对了，“蛋包饭”也属于洋食。黄澄澄、软乎乎的鸡蛋和红红的番茄酱形成鲜明而美丽的对比，和中国的“番茄炒鸡蛋”有些异曲同工的妙处。

我小的时候，日本还处于昭和时代，那时百货商场的“大食堂”等都会提供专为儿童准备的“儿童午市套餐”。最典型的套餐就是茄汁鸡肉饭

或蛋包饭，配汉堡肉排和炸大虾，少量多样，茄汁鸡肉饭上还会插一面小旗帜。虽然现在也能看到这样的“儿童午市套餐”，但随着日本的饮食文化越来越多元，百货商场的“大食堂”渐渐消失了，儿童套餐也不像过去那么常见了。

在中国最出名的日本洋食，大概就是日本咖喱饭。

咖喱这种食品发祥于印度，明治初期、也就是 1860 年代末，经由英国传入日本。在明治时代，日本政府开始推行近代化，发起了欧化运动。为了改善日本人简单、朴素的饮食习惯，政府鼓励民众多吃肉食和洋食。咖喱最早出现在军队和西式学校的宿舍里。后来，日本人根据自己的喜好对口味进行了改良，到 20 世纪初的明治时代末，日式咖喱饭逐渐普及，如今已被日本人称为“国民食品”。

我加藤彻出生在 1963 年，从小就经常吃咖喱饭。上小学和初中时，有时候去郊游，老师们就会带着我们在郊外用一口大锅煮上一锅咖喱，然后大家一起吃，别提多开心了。

除此以外，我还吃过各式各样的咖喱食品。比如速食咖喱，加开水等上三分钟就能吃的咖喱方便面，还有“咖喱乌冬”、“咖喱面包”和“咖喱炸猪排”等等。

当然，日本还能吃到正宗的印度咖喱。我家附近既有日式咖喱店，也有印度人开的地道的印度咖喱馆，大家和睦共存。无论哪一种，我都很喜欢。

在 21 世纪的今天，日式咖喱饭已经反向出口到了印度和英国等其他国家。美食无国界，这可真是一个真理。

哎呀，一说起咖喱，我就刹不住车了。不只是咖喱，日本的各种洋食都包含着日本人的智慧和心血，闪耀着日本的特色。大家有机会的话，也一定要尝一尝日本的“洋食”哦！

《加藤老师来开讲!》是 NHK 日本国际传媒中文广播节目《波短情长》中的小栏目，特邀日本明治大学教授加藤彻深入浅出、诙谐幽默地讲解日本文化。您有没有想要了解的日本文化或习俗? 欢迎给本节目来信或留言!



洋食

日本語には「和漢洋」という言いかたがあります。和は日本、漢は中国、洋は西洋を指します。現代の日本の文化や文明は、和漢洋の3種類の要素が、鼎の三本足になっています。

日本人の食生活も「和漢洋」が基本です。日本人が毎日食べる食事は、「和食」「中華」「洋食」「それ以外」の4種類です。私、加藤徹は和食も洋食も中華も、それ以外の料理もみんな大好きです。

日本人にとって、洋食と西洋料理は別物です。日本語で「フレンチ」や「イタリアン」と言うと、それぞれ、本場のフランス料理やイタリア料理を指します。

一方「洋食」と言うと1860年代末、明治時代から日本で定着した西洋風の日本料理を指します。調味料にソースやトマトケチャップを使うものの、味付けや食材は日本人にあわせてあります。

また、明治時代よりも前に日本化した西洋料理は、洋食ではなく和食に分類されます。天ぷらは、16世紀にポルトガルから伝わった揚げ物料理が起源ですが、醤油で食べる和食です。

日本には、フランス料理やイタリア料理を提供するレストランも数多くあります。一方、町の「洋食屋」は、庶民的な価格で、日本化した西洋料理を提供します。

例えば、スパゲティはもともとイタリア料理です。洋食のスパゲティナポリタンは、イタリアの都市「ナポリ」という名前がついていますが、トマトケチャップ味の日本独自のスパゲティです。

この他、ハンバーグや豚カツ、コロッケ、エビフライ、牡蠣フライなどは、ご飯のおかずとしても美味しいです。オムライス、ふわふわの黄色い卵とトマトケチャップの赤の対比が美しく、ちょっと中国の「トマト卵炒め」と通じるところがあります。

また、私が子どもだった昭和時代には「お子様ランチ」という子供むけのメニューが、デパートの大食堂などの定番でした。チキンライスやオムライス、ハンバーグ、エビフライをそれぞれ少量盛り付け、チキンライスの上に小さな旗を立てる、というのが典型的な「お子様ランチ」です。

今も「お子様ランチ」はありますが、日本人の食の多様化が進み、デパートの大食堂などが次々と消えているため、昔ほどは見かけなくなりました。

日本の洋食のうち、中国で最も有名なものは、日本式カレーでしょう。

カレーの起源はインドです。日本へは明治の初め、1860年代の末にイギリス経由で伝わりました。明治時代、日本政府は近代化、西洋化を推進しました。日本人の簡素な食生活を改良するため、肉食や洋食が奨励されました。当初は、軍隊や西洋式学校の寮の食事などでカレーが提供されました。日本人の口にあうよう、味や食感が改良され、明治時代の末、20世紀の初頭には日本人のあいだに日本式カレーが広まり、今では「国民食」と呼ばれるほど普及しています。

私、加藤徹は1963年の生まれですが、子どものころからカレーライスは普通に食べていました。小学校や中学校のピクニックで、野外で大きな鍋でカレーを煮て作り、みんなで食べたのは、楽しい思い出です。

このほか私はいろいろなカレーを食べてきました。レトルト食品のインスタントカレー、お湯を注ぐだけで3分間で食べられるカレー味のカップ麺、「カレーうどん」、「カレーパン」、「かつカレー」などなど。

もちろん日本では本場のカレーも食べられます。私の自宅の近所には、日本式カレーの店と、インド人が経営する本場インドカレーの店が、仲良く共存しています。私はどっちのカレーも大好きです。

21世紀の今、日本式カレーは、インドやイギリスなどにも逆進出しています。おいしいものに国境はない、というのは本当ですね。

つい、カレーの話が長くなってしまいました。カレー以外の洋食も、それぞれ日本独自の工夫や特徴が光っています。みなさんも、もし機会があれば、日本の「洋食」のメニューを一度、食べてみてください。

「加藤先生の開講コーナー!」はNHK国際放送のラジオ番組『波短情長』のコーナーです。明治大学の加藤徹教授が、日本の文化について楽しく解説します。あなたの知りたい日本の文化や風習は何ですか?メッセージもお待ちしています。

