



カ | フ | エ | あ | れ | こ | れ

● そ も そ も 『カ フ エ』 っ て 何 ？ ●

『カフェ』の語源は、フランス語の“コーヒー”に由来している。広辞苑では「①主としてコーヒーその他の飲料を

供する店。②明治末から昭和の初期頃、女給が接待して主として洋酒類を供した飲食店」と定義している。

● コ ー ヒ ー と カ フ エ の 歴 史 ●

コーヒーの歴史については諸説あり、起源は詳しく分かっていないが、紀元前のエチオピアでは、既にコーヒー豆を食用する習慣があったとされている。その後「コーヒーを飲む」という習慣が、10世紀ごろからエチオピアやアラビアなど、イスラム国の間で普及したという。しかし当時、コーヒーは「秘薬」として限られた人だけが飲むことのできる、貴重なものだったそう。

世界最古のカフェは、16世紀にトルコのイスタンブールにオープンしたコーヒーハウス『カーヴェハーネ』だという説が有力。後にロンドン、パリ、ベネチアのほか、ヨーロッパ各地で盛んになり、文化、芸術、政治などを幅広く議論する集いの場として、多くの人々を魅了するようになった。日本で最初のカフェは、明治21年上野にオープンした『可否茶館』。

● 用 語 解 説 ●

今号の特集では、『フェア・トレード』『フリーレンジ』などの食材を使用したり、『ビーガン』『ベジタリアン』などの特別メニューがあるカフェが多くありました。ここでは、簡単にそれらの用語を解説します。

フェア・トレード (Fair Trade)

より公平な条件下で国際貿易を行うことを目指し、発展途上国の農産物や雑貨などを、適正な価格で継続的に輸入・消費するという取り組み。フェア・トレード団体は、消費者に支持されることによって、低賃金労働を強いられる傾向のある途上国の生産者支援、および従来の国際貿易のルールと慣行を変える運動に積極的に取り組んでいる。

(参考：特定非営利活動法人 フェアトレード・ラベル・ジャパン <http://www.fairtrade-jp.org>)

フリーレンジ (Free Range)

「放し飼い」のこと。牛や豚、鶏肉などのほか、卵にも「フリーレンジ」のものがあり、その卵から作られたマヨネーズなどの製品には通常、「フリーレンジの卵使用」と表記されている。狭いケージの中で飼われて病気になりやすい家畜とは違い、より良い環境で育ち、免疫なども高いため、投薬やホルモン剤などを最小限に抑えることができる。

マクロビオティック (Macrobiotic)

玄米を主食、野菜や漬物や乾物などを副食とすることを基本とし、陰陽論を元に食材や調理法のバランスを考える食事法。久司道夫氏により「禅・マクロビオティック」としてアメリカで広く普及し、マドンナやトム・クルーズら、著名人の実践者も多い。

ローフード (Raw Food)

加工されていない生の食材を用いた食品、または生にちかい形の食品。酵素などが破壊されない摂氏48度以下でなら加熱してもかまわない、とされる。ローフード・レストランには、生のピザやパン、ケーキなど、メニューが豊富などところも多い。

ベジタリアンの種類

●ビーガン (Vegan)

植物性のものしか食べない。衣料などにも動物性製品は使用しない。

●ダイエタリー・ビーガン (Dietary Vegan)

食に関してはビーガンだが、衣料などには動物性製品を使用する。

●ラクト・オボ・ベジタリアン (Lacto-Ovo-Vegetarian)

植物性のものと、乳・卵製品を食べる。欧米の大半のベジタリアンがこのタイプ。

●ペスコ・ベジタリアン (Pesco - Vegetarian)

肉、乳・卵製品は食べないが、魚介類は食べる。

●ノン・ミート・イーター (Non Meat Eater)

肉は一切食べないが、魚介類、乳・卵製品は食べる。

●ポヨ・ベジタリアン (Pollo-Vegetarian)

鶏肉と魚介類、乳・卵製品を食べる。

●セミ・ベジタリアン (Semi-Vegetarian)

肉類をなるべく食べないようにする。

日本人は…

明治維新までは、祝事などで魚を食べるほかは、日常の食事は米飯に一汁一菜だった。伝統的な和食は、ペスコ・ベジタリアンの食事だった。