

Prof. A. Hillの
細胞生物学的日常

Episode
2



月 日，炊き込みご飯作成に失敗する。具が多すぎたか、炊飯器が沸騰に至らず生煮えに。鍋に移してやり直そうとするも、底が焦げて、最後はやけくそで水を足して、…おじやになってしまった。それでも、美味しいと言って食べててくれる院生やポスドクの優しさに涙する…

単身赴任と多忙の二重苦で、トラックの運ちゃんに混じって吉野屋で深夜晚飯を食べるという食生活を送っていたら、人間ドックの肝機能検査にひっかかり、これではいかんと一念発起自炊することにした。とはいって、ラボから家まで結構距離があり、中途で帰るのは時間が惜しいし、幸いラボには何故か元々3つもコンロのついた台所があるので、帰宅せずにラボで晩飯（略してラボ飯）を作り始めた。

元来食べることが好きで（要するに食い意地が張っている）、晩年に入り遅まきながら作る楽しさにも目覚めていた。料理が

実験に限りなく近いのも、はまった理由の一つで、しかも実験より早く結果が出るところが精神衛生上頗るよろしい。最近はプロトコル集（もといレシピ集）もきれいな写真入りで色々出ていて、楽しい。器具や試薬（もといスパイス）に凝れるのも、研究者の琴線に触れる。かくして、私の自宅には既に大量の料理本と、デロンギのオーブン、バーミックスからニンニク漬し器に至る備品・器具類、スパイスの瓶が蓄積している状態であった（みじん切りもろくに出来ないので）。そういうえば、ドイツ製の「みじん切り器」も買ったがあれは駄目）。それらをラボに持ち込み、1人分作るのも数人分作るのも手間は一緒だからと、他人の分まで作り始めた。頼んでもいいのにド素人に飯を作られる方も良い迷惑だが、食堂が無く周囲に食べ物屋もほとんど見あたらない僻地の研究所であるからして、独り暮らしの連中が（半分仕方なく）食べるようになった。以前所属していたラボの教授が一時期屋の弁当を手作りされていて、400円で学生達に分けておられたのを参考にし、材料費として大人（ポスドク以上）500円、小人（院生）300円を貰う（これでは足りず、料理人の出費が嵩むことが多い…）。学生が食券を作ってくれた。11枚綴りで10枚分の値段。もちろん自由参加で、食べた者は所定の場所に食券（図1）をぶら下げる。道具やら材料やらは凝つても、長年毎日料理を作り続けている主婦と比べれば、マニュアル頼りだしやりくり下手だし実力の差はいかんともしがたい。しかし始めてから半年近く経ち、さすがに冒頭のような初期不良はなくなった。たくさん作るのに慣れていないせいで塩加減



おひるごはんならぬあひるごはんの食券吊し機。なんだか幼稚園みたいだが、ここからノーベル賞級の研究が生まれる（はず）。

を間違えたりすることはあっても、悶絶するほど不味いものは出していない。出張やら何やらで必ず毎日作ると言うわけにはいかないが、結構頻繁に5～7人ほどが集まって（ときには他のラボからの参加者も）「いただきます」と手を合わせる。

ラボ飯献立例（モットー：なるべく同じメニューは繰り返さない）Experiment 1：ネギ豚（ネギをしいた鍋で豚バラ肉を紹興酒と醤油でじっくり煮る。ネギが飴色になって美味しい），春菊のサラダ（ドレッシング+熱したごま油をかける），おぼろ豆腐と卵のスープ（炒めたワケギをのせて），麦入りご飯。Experiment 2：茄子とイカのトマト煮，色々キノコ炒めバルサミコ風味，空豆と豆腐のポタージュ（生クリーム代わりに豆腐が入っているって皆気付かない），パン（イチジクとクルミ入りのハードタイプなど数種）。Experiment 3：竹の子ご飯（学生が、実家でとれた立派な竹の子を持ってくれた），茹で竹の子・柚味噌かわび醤油，椎茸と三つ葉のみそ汁，刺身サラダ（大根，リーフレタスなど）。Experiment 4：ラムと茄子のソテー・2色のソース（ヨーグルトとトマト。トルコ風（？）），ひよこ豆のサラダ，ショートパスタとパセリのスープ，パン（チーズ入りやハーブ入りバケットやフォカッチャなど）。Experiment 5：鶏肉・椎茸・プチトマトのナンブラー＆バルサミコ炒めクレソン添え（ナン



Experiment 5。写真好きのポスドクが記録。しかし、プロの料理写真家の写真って何であんなに美味しいんだろう…

ブラーは万能の調味料だ），茹でたジャガイモ・タブナート和え，オクラと大葉のナンブラースープ，ご飯。Experiment 6：豚肉と野菜の梅味噌煮（レンコン，大根，人参，しいたけ），ほうれん草のお浸し+カツオブシ，わかめとゴマのスープ，鮎の佃煮（貰い物），麦入りご飯。Experiment 7：鯛の昆布煮，豆腐のあんかけ・千切りショウガと万能ネギ，アスパラのお浸し・レモン醤油，みそ汁・茄子とミョウガ，ご飯（制作者が歳のせいで立ち枯れしつつあるので、だんだんあっさりした献立が多くなってきた… 若者には辛いかも…）

というようなことで、研究所では夕方、ネギが突きだした買い物袋をぶら下げた教授が目撃されたり、味噌やらハーブやらの匂いが漂ったりするようになった。一度、業者が部屋に入ってきて、エプロン姿で包丁を持った私を見るなり、見てはいけないものを見たという感じで目が虚ろになってそのまま無言で踵を返してしまったことも。ニンジンが嫌いな院生のために擂ってカレーに入れてやったり、明日はスキヤキが良いなあ等と生意気なことをほざくのに対し何を贅沢な、ちゃんとお勉強して良い実験結果を出すまで駄目，と叱りつけたり、ほとんどオカーチャン状態である。

身辺で雑用が大腸菌のように増殖していて、かつ事務処理能力がアフリカツメガエル並みの身としては、1時間程の事とはいえた食作成はかなり面倒なときもあるが、この頃は実験の手の空いた者が手伝ってくれたり、ときには替わりに作ってくれたりもするし、後片づけは皆でしてくれるしで、今のところまだ続いている。ラボ飯は、野菜がしっかりはいってバランスの取れたコンビニより豊かな（？）スローフードを適切な時間に摂取できる、というのがウリなのだが、予想外の利点もあった。院生の1人が「団欒のあるラボって珍しいっすよね」といみじくも言ったが、確かに何人かで夕餉を囲み食後に焙じ茶を飲んでいると、打ち解けた雰囲気で会話もできる。連れだって食事に行くラボは多いと思うが、我が家（？）である分だけ和める度合いが大きい。実験のディスカッションをしているだけでは分からないメンバーの一面を知ることも。へえ、こいつ、無口で見た目固そうなのに結構冗談を言うんだ（ネタを振ってから15～20分経過してからオチを言うので分かりにくいが）etc。何だかこれじゃあ研究室というより家族の話をしているみたいだが（だいたいラボのボスなんて、家で浮いているオトーサンと同じだし），もとより研究グループが家族でも疑似家族でもないのは百も承知している。こういうことを嫌う人もいるだろう。しかし、強制ではなく食べたい者が集まって偶発的に生じるなら、「ほっこりした時間」もまあ許されるかなと思っている。少なくとも私にとっては、料理することと皆と他愛のない話が出来ることで、神経をすり減らす孤独なこの稼業のストレスを幾ばくか軽減でき、それがとても貴重なので今日もエプロン教授に変身するのである。（近々、研究所に食堂が出来るらしい。負けたくない。）

＊＊＊付記：色々な料理研究家がレシピを出しているが、私のお薦めは長尾智子さんである。彼女の料理は少し変わっていて、なのに懐かしい味がする。