

雲南の菜譜

南 広子・安部公子・糟屋優子

Studies of Cooking in Yunnan, China

Hiroko MINAMI, Kimiko ABE and Yuko KASUYA

はじめに

著者らは、先に海南島¹⁾、福建省²⁾、江南地方³⁾の食べものについて報告してきた。今回は、日本農耕文化の発祥地と考えられ、栽培植物の起源⁴⁾および食文化を考察する上でも、重要な地域である雲南省の食品と菜譜について調査し、前報と同様、献立構成および調理法による分類を中心として調理学的に考察を行ったので報告する。

雲南省の概要

雲南省は、中国西南部、標高1,500~2,000mの雲貴高原の西部に位置し、面積39万km²で省都は昆明である。気候は温帯で、亜熱帯から寒帯の植物が分布し「植物王国⁵⁾」とも呼ばれ、山、川、湖から多くの食品材料が提供されている。人口は約3,362万人で、漢民族が約30%を占めている。その他はイ族、ペー族、ナシ族、タイ族など24の少数民族が居住している。各民族は、それぞれ独自の風俗・習慣・食文化を現在に伝えている。

調査方法

1. 調査期間……1983年8月2日から8月9日までの8日間
2. 調査項目……調理のための食品材料、調味料、嗜好性飲料と菜譜（献立名）について調査し、料理数、献立構成、調理法、食品材料および、名菜について考察した。
3. 調査地区……雲南省の4地点（昆明、石屏、思茅、景洪）の賓館、招待所、タイ族の家庭、自由市場等（図1. 地図参照）。

結果および考察

調査地点での宴席（筵席）料理を、以下の項目にしたがって考察した。

1. 料理数について

調査地点で喫食した料理数をまとめた（表1）。

朝食の料理数は平均7.6品であった。その内容は、中国の一般的な朝食スタイル²⁾の白粥・饅頭・餅などの点心類、炒菜を主とした菜と腌

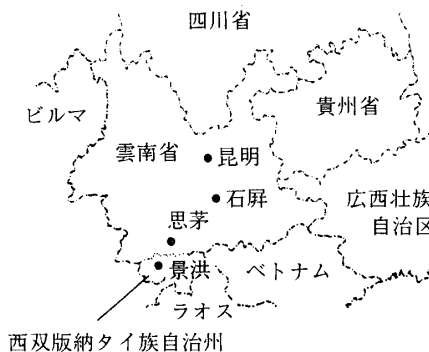


図1 雲南省政区調査地点

菜(漬物)であった。

昼食の料理数は平均11.1品であった。中国の弁当については前報²⁾でも述べたように弁当持参の習慣はあまりないが、今回喫食場所がない南糯山の昼食(弁当)は5品で、その内容は蛋(ゆで卵)、焼肉、焼鶏、吐司(トースト)、曲奇餅(クッキー)と飲物(缶ジュース)であった。

夕食の料理数は平均12.0品であった。中でも思茅の招待所(16品)、昆明・翠湖賓館(14品)、景洪・タイ族の家庭(13品)は料理数も多く、それらの料理は雲南地方の名菜に後述する通り、雲南地方特有の食品を使った料理の数々であった。

以上、朝、昼、夕食の料理数をみてきたが、昼・夕食からみた食事の量は、平均1人1.28皿で、一般的食事量1人1皿からみて、適量と考えられた。

2. 献立構成および調理法の特徴

1) 献立構成について

中国料理の献立をたてる時には、次の点を考慮している。

①その会合の性格・集まる人数と共に客の生活習慣・宗教・年齢・性別など、②調理場と調理人の条件、③季節感・食品の旬、④予算などである。特に予算は、料理に用いる食品材料、料理の数、料理の格に大きな影響を与えるものである。

以上の条件にみあった献立が実際にたてられる。正式な宴席料理には、第一級の燕窩席、二級の魚翅席、三級の海参席などがある。魚翅席を例に献立をみると冷菜4個、熱菜8個、点心2道、甜菜1道、飯菜4個、湯菜2個である。今回、著者らが喫食した献立の大部分は、ごく平凡な宴席料理の内容であった。

調査した全菜譜をもとに前報¹⁻³⁾と同様、基本的な宴席料理の献立構成にもとづいて分類し、雲南地方の特徴を考察した(表2)。

(1) 前菜の占める割合は全料理数(215品)の15.3%であった。その内容は畜肉加工品の火腿(ハム)・腊腸(ソーセージ)類、蝦片(えびせんべい)、生鮮食料品を調理した涼黄瓜(きゅうりの和え物)などが一品ずつ皿に盛って供された。大皿に数種類の材料を盛り合わせた拼盤と食前の京果(おつまみ)は一度も供されなかった。

(2) 湯菜は昼と夕食にほぼ一品ずつ供され、全献立中の4.7%を占めた。昆明・翠湖賓館での、夕食に正式な菜单の料理としてのスープと、飯の菜としてのスープの2種類が供された。

汁は、主に清湯(澄んだスープ)である。汁の実の植物性食品は、夏季野菜の四季豆(さやいんげん)、青菜(青梗菜など)、冬瓜(とうがん)、竹笋(たけのこ)、番茄(トマト)などが

表1. 料理数

地域	喫食場所	料理数(平均)			
		朝	昼	夕	一日
雲南省	翠湖賓館 石林賓館 思茅招待所 景洪賓館 タイ族の家庭	7.6	11.1	12.0	30.7

(一食当たりの料理数に換算して表記した)

表2. 献立構成とその割合(%)

献立構成	前菜	大菜		腌菜	点心 ・ 果物
		湯菜	大件		
雲南省	15.3	4.7	44.2	5.6	30.2

用いられていた。動物性食品は蛋（卵）がよく用いられ、その他魚、牛肉であった。思茅の什錦火鍋（五目なべ）は、食品材料が豊富に使われる料理であった。

(3) 大件は献立の中心料理で、全体の44.2%と多かった。各食品が炒・炸・焼・溜菜などに調理され多種多彩であった。大件の詳細は調理法の分類の項で記述するので略す。

(4) 腌菜（漬物）は雲南・四川省が産地として有名である。朝食には必ず供されたが全体の5.6%であった。腌菜の種類は、醬菜（コールラビのしゅうゆ漬）、榨菜、泡黄瓜（きゅうりの漬物）、薤（らっきょうのしょうゆ漬）、芥菜（たかなの塩漬）など豊富であった。

(5) 点心と果物は全献立の30.2%であった。点心は主に朝食に用いられ、飯（白飯、雑米飯、紫米飯、具入り飯）、粥、麵、包子、餅などであった。昼・夕食は1～3品が供された。

点心についてみると、この地方は米食地域であり、点心の主材料は米であった。したがって、米の種類は多くその利用形態は変化にとんでいた。また、『西点製作技術』の製菓に関する出版物がみられ、寿糕（バースデーケーキ）のデコレーションケーキが中国風な色彩で、鮮やかに装飾されていた。

果物は、夕食にデザートとして苹果、西瓜、杧果などがそのままの形で供された。

2) 調理法の分類について

大件の献立は、前報^{1~3)}と同様に最終調理法⁶⁾から分類しまとめた（表3）。

(1) 油を熱の媒体とした調理法は、大件中の55.8%を占め、最も手軽で便利な調理法として位置づけられている。献立例をあげると、炒菜（炒め物）では、黄瓜炒肉片（豚肉、きゅうりの炒め物）、素炒空心菜（空心菜の炒め物）、炸菜（揚げ物）では、筍油炸蜂王（ハチの子の揚げ物）、炸猪排（とんかつ）などであった。爆菜（強火で短時間炒め）は、爆炒鹿子肉（鹿肉の香り炒め）、油爆鱔魚（田うなぎ、ねぎの炒め煮）などがあり、食品の持ち味を生かした調理法であった。

(2) 水を熱の媒体とした調理法は30.5%であった。烧菜（醤油煮込み）は紅烧魚（魚の醤油煮）、冬菇烧鴨（鴨、しいたけの煮込み）など、烩菜（とろみのある煮込み）は紅烩牛肉（牛肉、じゃがいもの煮込み）、烩白菜（はくさいの薄くずあん煮）などがあった。中国料理の食品材料は、乾燥品が比較的多い。したがって、水分を加えじっくりと時間をかける調理法は、(1)の油を熱の媒体とした手法に次ぐ重要な調理法といえる。

(3) 蒸気を熱の媒体とした調理法は2.1%と少ない。その理由は調査時の季節（夏季）、地域性などが考えられた。献立内容をあげると粉蒸鶏（鶏肉、そら豆の米粉まぶし蒸物）、生蒸排骨（豚バラ肉の蒸し物）の2品であった。

(4) 直火、気体を熱の媒体とした調理法は11.6%であった。中でも烤菜（特殊な炉の中に材料を吊るし直火焼きする）が半数を占め、その内容は烤猪肉（焼き豚）、烤牛肉（焼き牛肉）、烤鱼（たいの焼き物）など豪華な料理であった。この調理法を行うには、施設設備や技術が必要であり、西欧風正餐の主料理である《ロースト》と同格の調理法といえよう。

表3. 大件の調理法の分類とその割合（%）

調理法	大 件 (実数95品を100とする)			
	油を熱の媒体にする炒, 炸, 爆・溜, 前菜などの調理	水を熱の媒体にする焼, 烩, 焖, 扒, 煨, 灼, 焗菜などの調理	蒸気を熱の媒体にする蒸, 扣, 燉菜などの調理	直火, 気体を熱の媒体にする烤, 燻, 烙, 乾菜などの調理
雲南省	55.8	30.5	2.1	11.6

3. 雲南料理の食品材料について

全菜譜を食品材料別に分類し、中国名、日本語訳を記し表4-1, 4-2にまとめた。これ

表4-1 雲南省一材料別献立名

中国名	日本語訳	中国名	日本語訳
鶏肉 鶏油四季豆 黄瓜炒鶏 咖喱鶏 焼鶏 塩水鶏 粉蒸鶏	鶏肉 鶏肉, さやいんげんのスープ 鶏肉, きゅうりの炒め物 鶏肉のカレー煮 焼鳥 鶏のゆで煮 鶏肉, そらまめの米粉まぶしの蒸し物	蛋 塩蛋 清湯 青菜蛋湯 炒鶏蛋 炒蛋 鉄鍋蛋 臭魚炒蛋 荷包鶏蛋 小炒鶏蛋 番茄炒鶏蛋 蛋 煮鶏蛋 煮鶏蛋	卵 塩漬け卵 卵のスープ 卵, 青菜のスープ いり卵 いり卵 ふわふわ卵焼き にら卵 卵のあわせ焼き 卵の炒め物 卵, トマトの炒め物 ゆで卵 ゆで卵 卵の煮物
鴨肉 冬菇焼鴨 香酥鴨 香蘇糯米鴨	鴨肉 鴨, しいたけの煮込み 鴨の香り焼き 鴨の餅米詰め, 香り焼き	魚 熏魚 鹵魚 糖醋魚 紅焼魚 花絲魚片 焼豆伴魚 烤鱼	魚 魚のくん製 魚の香り煮 草魚の甘酢あんかけ 魚のしょうゆ煮 魚の炒め煮 魚, まめの煮もの 鯛焼き物
猪肉 黄瓜炒肉丁 牛肝菌炒肉 牛肝菌炒肉片 青笋炒肉片 韭菜炒肉片 肉片炒菜豆 番茄炒肉片 番茄炸肉 炸肉丸 炸猪排 生炸肉 糖醋里脊 当紅乳猪 紅焼排骨 木耳烧肉元子 紅烩里脊 烧肉 番茄烤肉扒 生蒸排骨 烤肉 烤猪肉	豚肉 豚肉, きゅうりの炒め物 豚肉, 牛肝菌きのこの炒め物 豚肉, 牛肝菌きのこの炒め物 豚肉, ちしゃとうの炒め物 豚肉, にらの炒め物 豚肉, いんげん豆の炒め物 豚肉, トマトの炒め物 豚肉, トマトあんかけ 揚げ肉団子 とんかつ 豚肉の揚げ物 豚肉の衣揚げ, トマトあんかけ 子豚の焼き物 豚バラ肉のしょうゆ煮込み 肉団子, きくらげの炒め煮 豚肉のしょうゆ煮 焼き肉 ハンバーグ風, トマトソースかけ 豚バラ肉の蒸し物 焼き豚 焼き豚肉	鱈魚 油爆鱈魚 蝦・貝 蝦片 蝦片 炸蝦片 魷魚絲	うなぎ 田うなぎ, ねぎの炒め煮 えび・かい えびせんべい 揚げえびせんべい 揚げえびせんべい いかの炒め煮
牛肉 五香牛肉丁 冬瓜清湯牛肉 東菜干張肉 紅烩牛肉 紅烩牛肉 烤牛肉 筍瓜牛肉	牛肉 牛肉の五香煮 牛肉, とうがんのスープ 牛肉, 東菜の煮込み 牛肉, ジャガイモの煮物 牛肉のトマトあんかけ 焼き牛肉 牛肉, さやいんげんの炒め物	豆腐 鹵麩 鹵豆皮干 鹵豆腐 冬菇豆腐 麻婆豆腐 五香豆腐 番茄燒豆腐	豆腐 生麩のうま煮 ゆばの香りうま煮 豆腐香り煮込み 豆腐, しいたけの炒め物 豆腐の唐辛子入り炒め煮 豆腐の五香煮 豆腐のトマト煮
鹿肉 爆炒鹿子肉 爆炒鹿子肉	鹿肉 鹿肉, ねぎの炒め煮 鹿肉の香り炒め	蔬菜 清湯 白菜清湯 番茄白菜湯 青炒白菜 烩白菜 素炒菜心 素炒蓮花白 蓮花白 素菜湯 爆炒牛肝菌	野菜 白菜, トマト, 卵のスープ 白菜入りスープ 白菜, トマトのスープ 白菜の炒め物 白菜の薄くずあん煮 カンラン菜の茎の炒め物 キャベツの炒め物 キャベツの炒め物 野菜スープ きのこ, 肉の炒め物
鼠 蘑菇老鼠脚 思茅竹鼠	ネズミ きのこ, ネズミの脚の薬草煮込み 竹ネズミの香味煮		
蜂 油炸蜂王 筍油炸蜂王	ハチ スズメバチの親子の揚げ物 ハチの子の揚げ物		

表4-2 雲南省一材料別献立名

中国名	日本語訳	中国名	日本語訳
素炒牛肝菌 肉片青頭菌 油鷄崇 油炸花生米 花生醬 青毛豆 素炒刀豆 水炸四季豆 紅烩豆 炒豆芽 素炒豆芽 鮮炒豆芽 韭菜苔炒豆芽 鮮笋片 炒笋子 煮酸笋 鮮笋餃 水蕨菜 烧茄子 大葱炒土豆 土豆条 肉米烧瓜菜 素炒空心菜 泡黄瓜 涼黄瓜 黄瓜炒火腿 生番茄(西紅市) 青菜番茄湯 蕓(蕓頭) 芥菜 醬菜 什錦火鍋 傣味什錦 涼伴佛手瓜 榨菜	きのこの炒め煮 きのこ、肉の炒め煮 鷄崇きのこの炒め物 揚げ落花生 落花生みそ 枝豆の炒め物 いんげん豆の炒め物 さやいんげんの炒め物 いんげん豆の煮物 もやしの炒め物 もやしの炒め物 もやしの炒め物 花にら、もやしの炒め物 たけのこのスープ たけのこ辛子炒め たけのこの煮物 たけのこぎょうざ 水わらび炒め煮 なすのしょうゆ煮 じゃがいも、ねぎの炒め物 フライトポテト かぼちゃのそぼろあんかけ 空心菜の炒め物 きゅうりの漬物 きゅうりのあえもの ベーコン、きゅうりの炒め物 トマト トマト、青菜のスープ らっきょうのしょうゆ漬 漬物 コールラビのしょうゆ漬 五目なべ ごま、辛子入りソース ぶっしゅかんのあえもの ザーツァイ	穀類 粥 粥 紫米八宝飯 鷄絲米錢 米錢 雜米飯 紫米飯 粽 米干 餌飩 火絲担麵 雜醬條麵 吐司 油炸蛋卷 鍋貼餃子 蒸餃子 水餃子 餛飩 花卷兒 花捲兒 夾沙点心 包子 油葱餅 芝麻酥 芝麻餅 曲奇餅 烤餅 烙餅 糕点 餅干 干層酥 干層酥 夾沙点心 寿糕 酥餅 蛋糕 牛干巴 鮮朮果肉 白飯 稀飯 麵条	穀類 紫米の粥 そば入りがゆ 赤もち米の蒸し菓子、シロップかけ 米のあん、鷄肉入り みそあん入り米の麵 赤もち米の飯 赤もち米飯 ちまき ビーフン 五平餅 ハム入り麵 みそ入り麵 トーストパン はるまき 焼きぎょうざ 蒸しぎょうざ ゆでぎょうざ わんたん 蒸しまんじゅう 蒸しパン ナツメあんはさみカステラ パン ねぎ入り餅 ごま入りパイ ごま入り餅 クッキー 焼きビスケット ビスケット クッキー、ビスケット ビスケット 肉あん入りパイ あん入りサンドカステラ ナツメ入りカステラサンド パースデーケーキ パイ 焼きカステラ 牛乳 グラニュー糖添え マンゴージャム 白飯 おかゆ めん
熟貨 牛肉干 思茅腊腸 金錢火腿 香腸 雲南火腿	加工品 干肉 思茅特製腸詰 丸型ハム 雲南ソーセージ 雲南ハム	果 朮果 西瓜 苹果 楊梅果 梅糖水 香蕉 荔枝	果物 マンゴー すいか りんご やまもも うめ、みかんのシロップ漬け バナナ れいし
飲料 缶頭汁 牛奶 鮮牛奶 橘汁 橘糖水 啤酒 茶	飲料 缶ジュース 牛乳 牛乳 オレンジジュース オレンジジュース(加糖) ビール 茶		

を資料に、主材料の一品目だけを取りあげ、動・植物食品群に分類し、その出現割合を表5に記した。動物性食品材料は41.6%、植物性食品は58.4%であった。その内訳について記す。

1) 動物性食品材料

動物性食品材料は鶏・鴨・猪(豚)・牛・鹿・鼠の肉類、蛋(鶏蛋・鴨蛋)、蜂、火腿(ハム)、

腊腸 (ソーセージ) と班魚, 草魚, 鱒魚 (田うなぎ), 蝦, 海蜇などがあつた。

また, 野性動物の宝庫ともいわれる雲南地方には「山八珍⁷⁾」と呼ばれる野生珍味がある。それは, 象鼻 (象の鼻), 熊掌 (くまの掌), 鹿筋 (鹿のアキレス腱), 虎鞭 (とらの陰茎), 驢 (のろの肉), 鹿腿 (ジャコウジカの腿) などを指す。この山八珍とはいかないが, 次のようなめずらしい食品を味わうことができた。

雲南火腿……雲南特産のハムで浙江省の“金華火腿”と並んで, 中国の「二大火腿」といわれている。雲南火腿は豚の骨付き腿肉を加熱せず, 塩漬け後直ちにくん製にする。食味は歯ごたえのあるおいしいハムである。

腊腸……ソーセージ類をいう。サラミソーセージ風のドライな物から, イタリア・ボローニャソーセージ風のソフトな物まで数種類ある。

蜂……クロスズメバチは成虫と幼虫を油で揚げる調理法が多く, 香ばしい味の珍品である。日本では中部地方の東濃, 三河などでは煮付けやすし等に利用⁸⁾されている。数あるハチの中でもクロスズメバチは甘さと香ばしさの点から最も美味である。

鼠……ネズミ科の小獣。雲南の一部に産するネズミで禾本科の植物の根・葉を好んで食べる習性があり, 住む洞穴は禾本科植物の根元につくるといわれる。唐代の『食療本草』に, 食事療法に用いる記述があり, 利用の歴史⁶⁾⁹⁾は古い。老鼠は家ネズミで美味な肉として食用としている。

竹鼠……デブネズミ科の獣で中国西南部の雲南, 広東, 福建, 江西の各省および, 台湾などの竹林に住む大型食用ネズミ⁶⁾⁹⁾¹⁰⁾である。酒や香辛料をたっぷり加えて料理をする。

鹿……シカ科の獣で太古より狩猟の対象とされてきた。肉, 筋, 尾, 袋角など, それぞれに適した調理法が取られる。味もさることながら, 高級な漢方薬としても珍重されている。

2) 植物性食品材料

穀類は粳米 (うるち米)・糯米 (もち米)・麵粉 (小麦粉) が, 豆類は毛豆 (えだまめ)・刀豆・四季豆 (いんげんまめ)・豆芽 (もやし) であつた。

野菜類は, 葉菜類の白菜・卷心菜 (キャベツ)・空心菜, 瓜類の冬瓜・南瓜・黄瓜, きのこと類の牛肝菌・青頭菌・菜胆・芥胆 (ふくろたけ), 他に花生米 (落花生), 萘菜 (にら), 笋 (たけのこ), 水蕨菜 (わらび), 茄子, 土豆 (じゃがいも), 番茄 (トマト), 蕪 (らっきょう), 球莖甘藍 (コールラビー), 仏手瓜 (はやとうり), 榨菜 (ザーツァイ) などで, 夏季の野菜不足を補うために有効利用されていた。また, 大豆の加工品として豆腐, 豆腐皮干 (ゆば) も出現割合の多い食品であつた。

果実類は荔枝 (れいし), 苹果 (りんご), 杧果 (マンゴー), 香蕉 (バナナ), 西瓜 (すいか) などであつた。これらの果物は切り方, 盛り方に特別の配慮はなく, 現材料そのままのスタイ

表5. 食品材料の出現割合

植物性食品群	割合 (%)	動物性食品群	割合 (%)
野菜類	22.2	家禽類	
穀類	22.8	鶏肉	3.3
果実類	3.9	鴨肉	1.7
加工品		猪肉	11.7
豆腐	3.9	牛肉	3.9
腌菜	2.8	蛋	7.2
飲物	2.8	野味類	
		鹿肉	1.1
		鼠肉	1.1
		蜂	1.1
		魚介類	
		魚類	4.5
		蝦・貝	2.2
		加工品	
		熟貨	2.7
		牛乳	1.1
小計	58.4	小計	41.6

ルで供された。

以上の中から雲南特産の植物性食品について述べる。

紫米……紫米は、この地域に産する上質米で、米の色は紫黒色をしているが、加熱すると紫紅色となる。稲の原産地は中国雲南省付近¹¹⁾といわれ、ここでは白米と共に紫米（赤米）も作られている。タイ族ではこれらの米を用いて祝祭日には赤、黄、紫の三色飯を作るといわれている。『雲南省菜譜¹²⁾』には「甘く、香りと粘りがある」と記されている。日本でも奈良時代の正倉院文書に「赤米」の記述がある。しかし、原生種に近い米なので、品種改良の進んだ現代日本では一般的には見られなくなった米である。

竹笋（たけのこ類）……西双版纳の年間平均気温22℃、年間降雨量2,000mmは、竹類の成育には好適な地域である。いたる所に竹藪がみられ、順次成長していく過程が一見できる。年間を通して収穫でき竹の種類も多い。調理には、採取直後の生はもちろん、ゆでたり、塩漬けにして用いられる。

菌類……中国でこの種類と生産量が最も多いのは雲南省といわれている。『雲南食用菌』（1982）には食用菌303種と要注意食用菌26種が採録されている。例えば、松口蘑（まつたけ）、竹蓐（きぬがさたけ）、冬虫夏草（とうちゅうかそう）、羊肚菌（あみがさたけ）、美味牛肝菌（やまどりたけ）、綉球菌（はなびらたけ）、鷄崇（はらたけ）などがある。また、香菌・虎掌菌といわれる大型きのこがあり、雲南地方の特産である。

水蕨菜……鼈、蕨茸、龍瓜菜ともいわれる。水蕨菜の調理法は日本と同様アク抜き後、焼菜の材料として用いるほか、地下茎から澱粉を取り食用・糊用¹³⁾とする。

3) 調味料・香辛料・飲料

調味料は塩、糖（砂糖）、醋（酢）、酒、醤油、麻油、番茄醬（トマトケチャップ）などであった。香辛料は辣椒（赤とうがらし）、姜（しょうが）、蒜（にんにく）、大回香（八角）、五香粉、咖喱粉（カレー粉）などが使われていた。

飲料は牛奶、茶類（普洱茶、烏龍茶、花茶、磚茶）、啤酒（青島啤酒、白雲啤酒）、果汁（橘汁）であった。啤酒は昼・夕食には必ず提供され、地方により銘柄が異なった。

4. 雲南地方の名菜

調査した献立の中から名菜といわれる代表的な料理について、文献⁹⁾¹²⁾¹⁴⁾¹⁵⁾¹⁶⁾および現地での聞き取りをもとにまとめた。

油炸蜂王（スズメバチの親子の揚げ物）……クロスズメバチの親と子を油で揚げた料理。大きな目をした親蜂、濃厚な味の子蜂と両者とも香ばしく珍味であった。

思茅竹鼠（竹ネズミの香味煮）……ネズミのぶつ切り肉をねぎ、しょうが、紹興酒などと共に煮た料理。紹興酒などの香りがよく効き、口にしたときのコリコリとした感触と相まって、独特の風味で雲南省の食材料の広さを感じさせるものであった。

蘑菇老鼠脚（きのこ、家ネズミの脚の葉草煮込み）……マッシュルームとねずみの脚を数種の葉草でじっくり煮込んだ料理。皿の中に足先がそのままの形で入っており、食べるのに少し勇気が必要であった。

爆炒鹿子肉（鹿肉、ねぎの炒め煮）……鹿肉をひき肉とし、ねぎ、しょうが、黄酒と共に強火で短時間に炒めあげた料理。多少野生的な味であったが、心臓に良い効果があるとのことで「医食同源」の思いを深めた一品であった。

香蘇糯米鴨（鴨のもち米詰め、香り焼き）……鴨の腹の中にもち米、松の実、各種香辛料をぎっしり詰め、パリッ！と色良く焼きあげた、いわゆるローストダック（北京ダックとは異なる）

る)である。表皮を菱形状に飾り切り、姿のまま皿に盛る。どの部分もおいしいが、特に表皮は、各種の香辛料がほどよくマッチし、香ばしく豪華なメインディッシュであった。

鮮笋餃 (たけのこぎょうざ) ……たけのこをごく薄く輪切りにし、これを皮に肉あんを挟み二つ折りにし、スープで蒸すか煮た料理。あっさりとした中に、たけのこの旨味がある一品で、四季を問わず収穫できる土地柄ゆえの調理法といえる。

煮酸笋 (たけのこの漬物) ……この漬物は色、形ともシーチキン (フレーク状) のようである。味はやわらかな酸味で、唐辛子、ごま油、落花生をよくすり混ぜたものを付けて食べる。自由市場には、沢山籠に入れ売られていた。保存食品としても利用可能である。

爆炒牛肝菌、素炒牛肝菌、牛肝菌炒肉 (牛肝菌きのこの炒め物) ……牛肝菌はきのこの一種でいずれの料理も牛肝菌きのこを薄切りにして、手早く炒めた料理である。歯ざわりは良いが、芳香に乏しく、松茸様の香りがあれば、日本料理にも利用できるめずらしいきのこのこと思われた。

油鶏崇 (鶏崇きのこの炒め物) ……鶏崇菌はハラタケに似たきのこで、油で炒めきんぴら風に調理されていた。粥によく合う料理であった。

水蕨菜 (水わらびの炒め煮) ……水わらびを手早く炒め煮る料理。やわらかく、濃緑色で香りある一品であった。

紫米八宝飯 (赤もち米の蒸し菓子、シロップかけ) ……名高いデザートで「中国風おはぎ」として、知られているものである。紫米は、日本ではまずみられない米である。米を使った調理品は他に粽 (ちまき)、餌飴 (うるち米) の餅があった。餌飴は、日本の五平餅のようにご飯をつぶし、直径10~12cm、厚さ1cmくらいの円形に形作り、大きな鉄鍋のようなコンロに炭火を入れ網を乗せ、この上で焼き、落花生、ごま、みそ、唐辛子などを混ぜたみそだれをつけ供する。

米銭 (ビーフン) ……米で作る麺。湯麺としてよく供される。味は薄味で、四川省の担々麺と似ているように思われた。

ま と め

雲南地方の菜谱と調理用の食品材料・調味料・嗜好飲料について調査し、調理学的に検討し、次の結果を得た。

1. 料理数について

1日3食の料理数は平均30.7品であった。毎食ごとにみると朝食7.6品、昼食11.1品、夕食12.0品であった。夕食は特に思茅招待所が16品と多く、雲南地方の特産品を用いた料理内容であった。

食事の量は、昼・夕食の平均で1人1.28皿で適量と思われた。

2. 献立構成について

献立構成は主に宴席 (筵席) 料理で、その内容は前菜 (15.3%)、大菜 (48.9%、湯菜4.7%、大件44.2%)、腌菜 (5.6%)、点心・果物 (30.2%) から成っていた。

3. 調理法の分類について

大件 (主菜) の調理法について、最終加熱時の熱の媒体により分類を行いその割合をみた結果、油を熱の媒体とした調理55.8%、水を媒体とした調理30.5%、蒸気を媒体とした調理2.1%、直火・気体を媒体とした調理11.6%であった。油を熱の媒体とした調理法は、材料の持ち味を生かした簡便な調理法としてその利用率が高いと思われた。

4. 食品材料の出現割合について

調理に用いられていた食品材料は、動物性食品41.6% (牛肉, 猪肉, 鶏肉, 鹿肉, 鼠肉, 蜂など), 植物性食品58.4% (紫米, 水蕨菜, 菌類, 竹笋など) の割合であった。

5. 雲南地方の名菜について

雲南省は動植物の宝庫といわれている。数多い料理品の中には、雲南特有の食品材料を用いた「油炸蜂王」「思茅竹鼠」「爆炒鹿子肉」「香蘇糯米鴨」「鮮笋餃」「紫米八宝飯」などの名菜がみられた。

参 考 文 献

- 1) 南 広子・安部公子・糟屋優子：名古屋女子大学紀要, **35**, 107~114 (1989)
- 2) 南 広子・安部公子・糟屋優子：名古屋女子大学紀要, **35**, 115~124 (1989)
- 3) 南 広子・安部公子・糟屋優子：名古屋女子大学紀要, **36**, 131~140 (1990)
- 4) 中尾佐助：栽培植物と農耕の起源, 岩波書店 (1966)
- 5) 中国料理百科辞典, 第1巻, 同朋舎出版, 197 (1988)
- 6) 中山時子監修：中国食文化事典, 角川書店 (1988)
- 7) 週刊朝日百科 世界の食べもの, 朝日新聞社, 7-104, 64 (1982)
- 8) 野中健一, 名大人文地理, **41**・大3号, 276~290 (1990)
- 9) 杜福祥・謝幅明主編：中国名食百科, 山西人民出版社 (1988)
- 10) 田中静一・中山登起子・幸田真季・平松圭子・木村春子・高橋登志子・南谷郁子：中国食品事典, 書籍文物流通会 (1970)
- 11) 渡部忠世, 稲の道, NHK ブックス (1977)
- 12) 昆明市飲食公司編：雲南菜譜, 雲南人民出版社 (1985)
- 13) 原田 治：中国料理素材事典・野菜・果実, 柴田書店, 83 (1979)
- 14) 中山時子, 原田 治：中国名菜譜, 西方編, 柴田書店 (1973)
- 15) 中山時子, 原田 治：中国名菜譜総索引, 材料用語編, 柴田書店 (1974)
- 16) 南 広子, 野呂茂美, 鈴木千恵子：雲南紀行, 名城大学農学部 (1984)

Summary

We have had the following results from the studies of cooking standpoint after examining the menu and cooking materials, various kinds of condiment and cooking and popular drinks in Yunnan district, China.

1. The Number of Cooking Menu

The average number of total dishes was 30.7 items for three meals a day ; 7.6 items for breakfast, 11.1 items for lunch and 12.0 items for dinner.

The special case was 16.0 items for dinner cooked by using the products of Yunnan at a restaurant for invited foreign guests.

The proper quantity of one meal for one person was 1.28 dishes on the average.

2. Composition of Menu

The menu for a bangust consisted of 15.3 percent of hors d'Oeuvres, 48.9 percent of main dishes (4.7 percent of soup plus 44.2 percent of main meal) 5.6 percent of pickles and 30.2 percent of desert including fruits.

3. Classification of the Art of Cooking

We classified the main meals according to the final heating methods and studied the percen-

tage of the heating medium.

The results were that 56.5 percent of meals were fried by oil as a heating medium 30.5 percent boiled by water, 2.1 percent steamed by steam and 11.1 percent roasted by fire or smoked by gas.

We thought that the highest percentage was shown by the cooking method using oil heating because of a convenient and simple cooking method possible to keep materials' own taste.

4. Percentage of Cooking Materials

Cooking materials used for the main dishes were 42.5 percent of animal foodstuffs; beef, wild boar, chicken, venison, mouse and bee, and 57.5 percent of vegetable foodstuffs; purple rice, bracken, mushroom, and bamboo shoot.

5. Famous Meal in Yunnan District

Various kinds of menu have been served in Yunnan known as a valuable treasury of animal and vegetable foodstuffs.

The famous menus are "you zha feng wang" "si mao zhu shu" "bao chao lu zi rou" "xiang su nuo mi ya" "xian sun jiao" "zi mi ba bao fan" which are cooked by special materials produced in Yunnan Province.