

湖北省の菜譜

南 廣子・糟屋優子

Studies of Cooking in Hubei, China

Hiroko MINAMI, Yuko KASUYA

はじめに

著者らは、現代中国の食文化の一端を認識する目的で、賓館やレストランでの外国人に供される宴席料理をもとに、各地方の献立構成、調理法を分類し、地域特性をとらえることを試みてきた。^{1)~7)}今回は同じ目的から、湖北省の武漢とあまり知られていない恩施を中心に湖北省の菜譜を収集した。また、日本の緑茶と同じ蒸し製による茶を使った調理についても調査を行ったので報告する。

湖北省の概要

湖北省は長江中流域にあり洞庭湖の北に広がる、面積18万7000km²で、日本の約2分の1の広さがある。緯度は北緯29.5°~33°でほぼ九州と同位置にある。中央部は漢江平野、西部は鄂西山地、東部は低い丘陵地帯である。年間の平均気温は15~18℃であるが、夏季は40℃以上の暑さになる。主な産業として農林、水産業のほか、武漢鉄鋼コンビナートを中心とする重工業も盛んである。(図1)

武漢は湖北省の省都で、人口383万人の古都である。長江と漢水の合流点にあり、武昌、漢口、漢陽の3都市が合併した都市で、かつて「武漢三鎮」といわれ、華北、華中、河南を結ぶ要地であった。現在は、さらに北京、広州まで鉄道で結ばれ、水運・陸運の交差点として重要な地となり、鉄鋼コンビナートも建設され、重工業都市となった。

恩施は湖北省の西部、鄂西土家族苗族自治州にありこの地方の政治、経済、文化の中心地である。主な民族は漢族64%、土家族36%で他に苗族、^{チワン}壮族なども少し住んでいる。

生業の主体が農業で、水稻、とうもろこし、じゃがいも、麻、恩施玉露茶、うるし、桐油などの一般的な作物である。現在の主食は米であるが、以前はとうもろこし、じゃがいもなどであった。この山腹に住む、土家族、苗族のハレ、ケのいずれの場においても楽しめるのが油茶である。

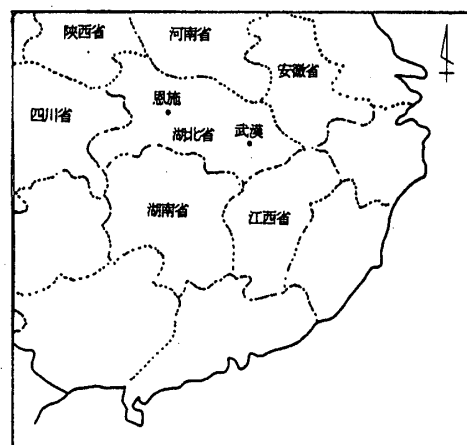


図1 湖北省の位置図

調 査 方 法

1. 調査期間・・・1982年8月, 1990年7月の計7日間
2. 調査項目・・・食品材料, し好飲料と菜譜(献立名)について調査した. なお, 収集した菜譜から献立構成, 料理数, 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・・・湖北省の武漢, 恩施の賓館(外国人の来訪が少ない内陸部のホテル), 自由市場など

結果および考察

湖北省の宴席(筵席)料理を, 下記の項目にしたがって整理し, その内容につき考察を試みた.

1. 料理数について

調査した武漢と恩施において喫食した結果の料理数を表1にまとめた.

朝食は6回喫食した. そのうち2回が武漢で西洋式の朝食スタイルであった. 外国文化や経済の近代化の一端が伺われた. また, 恩施の賓館では, 甜点心, 鹹点心の品々が13品と非常に多いのが際立った.

昼食の料理数は平均12.9品, 一人1.3皿で, 宴席料理の構成に基づいているが, 品数が多い. なお, 武漢から長沙に向かう列車食堂の調理品9品と松針茶会社の製茶工場(屯堡茶葉馬者)の11品(簡単な弁当)が含まれている.

夕食の料理数は平均15.0品, 一人1.5皿であった. 恩施における夕食の品数は実に22品が並びメインデッシュこそ平凡であるが, 他の大菜, 点心類は大ごちそうにふさわしい品々であった.

2. 献立構成および調理法の特徴

1) 献立構成について

全菜譜を前菜(冷菜), 大菜(熱菜・湯菜), 腌菜, 点心, 果物, 飲物に分類し表2にまとめた. 1回の食事における献立数のうち前菜のしめる割合は11.3%である. 主な前菜は, 豆類の黄豆(揚げ大豆), 種実類の快味核桃(胡桃のから揚げ), 乱米板栗(栗の素揚げ)など油で揚げたものが多い. その他, 糖蕃茄(トマトの砂糖がけ)や醬豆腐(豆腐の醬油漬け), 白片肉(ゆで豚肉), 涼粉鶏絲(鶏肉と涼粉のあえもの)のように野菜, 豆腐, 肉類の身近かな食品が, 四冷碟から六冷碟の形式で1品ずつ小皿に盛られ, 色彩, 味, 形に留意された内容であった.

大菜は主となる料理で湯菜と熱菜に大別され, 湯菜は全献立中の6.5%をしめ, 1食につきほぼ1~2品ずつ供された. 湯菜の実は, 蛋湯紫菜(卵とりのりのスープ), 木犀蛋湯(卵ときくらげのスープ), 蕃茄蛋湯(トマトと卵のスープ)など, 卵と海草や野菜との組み合わせたスープ

表1. 喫食場所と料理数

地域	喫食場所	料理数(平均)			
		朝	昼	夕	一日
武漢	施 官 飯 店	6.5	12.4	11.5	10.4
	天門県招待所				
	長江大酒店				
	武漢銀座餐厅				
	外事餐厅				
迎賓餐厅					
列車食堂					
恩施	清江餐館	12.5	14.0	22.0	16.1
	松針茶公司				
全平均		8.5	12.9	15.0	12.2

表2. 献立構成による分類とその割合

献立構成	前 菜	大 菜		腌 菜	点 心 果 物	飲 物
		湯 菜	熱 菜			
割合(%)	11.3	6.5	31.2	6.9	26.8	17.3

表3. 熱菜の調理法の分類とその割合

調 理 法	熱 菜 (実数72品を100とする)			
	油を熱の媒体にする 炒, 炸, 爆, 溜などの調理	水を熱の媒体にする 焼, 烩, 燻, 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, 烙などの調理
割合(%)	62.5	26.4	11.1	0

が多かった。最近では、トマトのさっぱりとした酸味が好まれ、トマトは夏のスープに卵とともに使用頻度の高い食材料となった。

また、恩施において油茶(別項参照)という飲と食の中間の食べ物があった。油茶は、炒めた葉茶や落花生、米の揚げたもの、豚の背脂などの入ったスープとして出された。

宴席料理によく利用する田鶏湯(食用蛙のスープ)や清脚魚蒸(スッポンの澄ましスープ)のような動物性食品を使用した料理は、値段の関係からか少なかった。

熱菜は主に温かい料理で、献立の中心料理となり全体の31.2%をしめた。今回の献立は、紅焼鮑魚(山椒魚の醤油煮)、清蒸辺魚(魚の蒸しもの)、炸草魚条(草魚の揚げ煮あんかけ)などの魚を使った料理や口磨冬瓜(マッシュルームととうがんの煮もの)、炒素心(空心菜炒め)、酥糯米椒(赤ピーマンの米飯詰め)は季節野菜を使った料理が主流で、鴨や海産物を用いた熱菜は少なかった。

腌菜は大頭菜、泡菜、らっきょうなどが利用され、そのうち、らっきょうは甘酢、醤油、酢漬けなどで変化に富んだ味付けであった。

点心は朝食を中心に昼食や夕食の献立には甜味、小吃として構成され、朝食には餃子、包子をはじめ玉米煎餅(とうもろこしのおやき)、葱油餅(ねぎ入りおやき)などが多く、まさに農家のおやつであった。昼食、夕食の点心には、青豆泥など地方色あふれる点心が色どりを添えていた。

果物は昼食、夕食に苹果(りんご)、梨(なし)、香蕉(バナナ)、水瓜(すいか)、菠蘿(パイナップル)、葡萄(ぶどう)など季節のフルーツが1~2品出された。

2) 調理法の分類について

献立構成における大菜中の熱菜を献立名から、前報と同様に最終調理法で分類した結果を表3にまとめた。

(1) 油を熱の媒体とした調理法は62.5%で全熱菜の半分以上をしめた。

強火で短時間加熱の炒菜は普遍的な調理法で、陳皮牛肉(牛肉の陳皮炒め)、宮保鶏丁(鶏肉、ピーマン、カシューナッツの炒めもの)、木耳冬笋(きくらげとたけのこの炒めもの)がある。

炸菜はたっぷりの油でからっと揚げ、食欲をもたらし色、香りなどの芳しさが特徴で油桂魚片(桂魚の揚げもの)、焦炸猪排(豚肉の揚げもの)、酥炸魚排(草魚のパン粉揚げ)などの魚のから揚げやフライは日常的な料理であった。また、じゃがいもを油で揚げた料理は切り方でそれぞれ名称が異なる。炸土豆片(薄切り)、油炸絲片(せん切り)、炸土豆条(拍子切り)、土豆炸(だるま型)がその例で、じゃがいもが普及している様子が伺えた。

(2) 水を熱の媒体とした調理法は、全大菜の約4分の1の26.4%であった。

醤油で煮る最も代表的な焼菜は、紅焼豆腐(豆腐ときくらげの醤油煮)、紅焼鮓魚(山椒魚の醤油煮)の他、日本でも馴染み深い土豆焼牛肉(牛肉とじゃがいもの醤油煮)などの料理、また、紅焗は醤油を使って色よく気長に煮込んだもので、油紅焗蝦(えびの油煮)、黄焗鶏(鶏の煮もの)などであった。

(3) 蒸気を熱の媒体とした調理法は11.1%と割合に少ない。下処理した魚を姿のまま下味をつけ、蒸し加熱した清蒸辺魚(魚の蒸しもの)がある。この魚は湖でとれる新鮮な魚でうま味を引き出した名物料理である。

(4) 直火、気体を熱の媒体とした調理法は、今回は値段の関係からかみられなかった。

以上のように献立を調理法により分類すると湖北省では(1)や(2)を用いた、炒めもの、揚げもの、醤油煮などの調理法が大部分をしめ、北京、上海、江南地方に比べて田舎風の素朴な料理が多く、地方色が出ているように考えられる。

3. 湖北省料理の食品材料

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に示した。この菜譜の食品材料の中から主材料一品目だけを取り上げ、動・植物性食品群に分類し、その出現割合をみた(表5)。その結果、動物性食品は24.0%、植物性食品は76.0%であった。その内訳は家禽類9.4%、獣肉類4.7%、魚介類6.9%、野味類(甲魚、田鶏)0.8%、熟貨(香腸、腊肉)の加工品2.2%であった。植物性食品は、穀類20.3%、野菜類16.4%、豆とその加工品5.6%、種実類2.2%、果実類5.6%、腌菜7.3%、飲物17.2%で、この他に茶を使った料理が1.4%あった。

(1) 動物性の食品材料

動物性の食品材料中魚類は5.2%で最も多かった。湖北省は長江や漢水、大小の湖沼があり、淡水魚の養殖が盛んで豊富な魚を供給している。これらの新鮮な水産物(草魚、桂魚、山椒魚、鯉)を用いて炸、紅焼、蒸すなどの手法によって名菜が創りだされている。

鶏肉と蛋(卵)の両者はそれぞれ4.7%で白切鶏(蒸し鶏)、炸鶏(鶏のから揚げ)に、卵は蛋湯紫菜などの湯(スープ)に用いられることが多かった。卵は小麦粉とともに点心の基本材料として欠くことのできない食品である。

獣肉類は牛肉3.0%、猪肉(豚肉)1.7%と少なく、その大部分が野菜の炒めものに少量使用の現状であった。

野味類は0.8%で田鶏湯(食用蛙のスープ)と清脚魚蒸(スッポンの澄ましスープ)であった。脚魚(スッポン)は甲魚、团魚、水魚などともよばれ、スープ類の他、紅焼、清燉(ゆっくりと軟らかく水炊き)や蒸しものなど、いずれもゼラチン質を溶出させたうま味のある調理法である。

(2) 植物性の食品材料

穀類は20.3%でそのほとんどが小麦粉を利用した食品である。小麦は、包子、饅頭、餃子、麵条、油条、餅類、パン類のようにグルテンの作用で食品に膨化性・伸展性もたせたものが多かった。今回の餃子類は中にいれる材料の種類により三鮮餃子、魚蝦餃子、磨菇餃子の名称が

表4-1. 材料別献立名

◎ は名菜譜

中国名	日本語訳	中国名	日本語訳
鶏 油煎子鶏 油淋仔鶏 白切鶏 宮保鶏丁 黄焖鶏 葱炒雞蛋 炸鶏 烧鶏塊 凉粉鶏絲	蒸し鶏の調味かけ 蒸し鶏の調味かけ 蒸し鶏 鶏肉, ピーマン, カシューナッツの炒めもの 鶏肉の煮もの 鶏肉, 卵, ねぎの炒めもの 鶏肉の揚げもの 鶏肉とくわいの醤油煮 鶏肉と凉粉のあえもの	魚 ◎清蒸辺魚 油桂魚片 魴魚丁 乾烧魚塊 紅烧鮰魚 酥炸魚排 吐司魚片 糖醋鯉魚 紅烧青魚 炸草魚条 燻魚	魚の蒸しもの 桂魚の揚げもの ヒラ魚の炒め煮 草魚, きくらげの炒めもの 山椒魚の醤油煮 草魚のパン粉揚げ 白身魚のすり身揚げ 鯉の甘酢あんかけ 青魚の醤油煮 草魚の揚げ煮あんかけ 草魚の燻し焼き
田鶏 田鶏湯	食用蛙のスープ		
猪肉 焦炸猪排 白片肉 炒肉片 珍珠丸子 肉末豆腐 豆角炒鍋肉 木犀肉絲 酢椒猪肉	豚肉の揚げもの ゆで豚肉 豚肉, 玉葱, 赤ピーマンの炒めもの 肉だんごのもち米蒸し 豚挽肉, 豆腐, きくらげ, にらの炒めもの 豚肉と十六さざげの炒めもの 豚肉, きくらげ, 玉葱, 卵の炒めもの 豚肉の香辛料炒め	豆腐 麻婆豆腐 紅烧豆腐 家常豆腐 家常豆腐 醬豆腐 豆腐干卷 豆腐干 ◎原味豆花 ◎豆渣	豆腐のとうがらし入り炒め煮 豆腐ときくらげの醤油煮 豆腐の炒め煮 豆腐ときくらげのあんかけ 干豆腐 (豆腐の醤油漬け) 干豆腐の巻きもの 干豆腐のせん切り (醤油味) 豆腐の花 茶の葉入りおから汁
牛肉 陳皮牛肉 乾煸牛肉絲 土豆燒牛肉	牛肉の陳皮炒め 牛肉の調味炒め 牛肉とじゃがいもの醤油煮	蔬菜 冬瓜蛋湯 冬瓜鶏蛋湯 江末冬瓜 冬瓜肉片 炒絲瓜 拌黃瓜 荔枝金条 冬菇白菜 香菌里背 口磨冬瓜 磨菇素扣 木耳冬筍 蛇油菜心 炒素菜 炒白菜心 空心素菜 炒菜心 烹豆芽 豆芽鶏絲 綠豆芽菜 烹豆芽 豆芽鶏絲 綠豆芽菜 韭黃豆芽 土豆炸 炸土豆片 炸土豆条	とうがんと卵のスープ とうがんと卵のスープ とうがんと卵のスープ とうがんと豚肉の生姜煮 へちまの炒め煮 きゅうりのあえもの かぼちゃの衣揚げ 椎茸と白菜のあんかけ煮 椎茸と豚肉の醤油煮 マッシュルームととうがんの煮もの マッシュルームととうがんの蒸しもの きくらげとたけのこの炒めもの 白菜炒め 白菜炒め 白菜の芯炒め 空心菜炒め 空心菜炒め もやし炒め もやしと鶏肉とピーマンの炒めもの もやしの炒め煮 もやし炒め もやしと鶏肉とピーマンの炒めもの もやしの炒め煮 黄にらともやしの炒めもの じゃがいものフライ (ダルマ型) ポテトチップス フライドポテト
蛋 海子蛋 荷葉蛋 蛋湯紫菜 雞蛋湯 雞蛋 木犀蛋湯 番茄蛋湯	卵焼のあんかけ にら入り卵焼き 卵とりのスープ 卵のスープ ゆで卵 きくらげと卵とほうれん草のスープ トマトと卵のスープ		
熟貨(加工品) 茶腸炒菜莖 香腸炒蛋 清蒸土腊肉 腊肉玉米粉	ソーセージと野菜の炒めもの ソーセージといり卵 干肉の蒸しもの 干肉ととうもろこしの炒めもの		
蝦 油焖蝦 松蝦 烩魷魚 烩魷魚片	えびの油煮 えびの炒めもの いかのあんかけ煮 いか, トマト, あさつきの炒めもの		
甲魚 清脚魚蒸	スポンの澄ましスープ		

つき, 加熱方法により, 水餃子(ゆでたもの), 鍋貼餃子(焼いたもの), 蒸餃子(蒸したもの)と多様で, 包み方にもさまざまなものがあった。

野菜類は16.4%でとうがん, へちま, きゅうり, かぼちゃなどの瓜類が多かった。これは夏故に葉菜が収穫されないためである。

れんこんは糖藕(れんこんの砂糖がけ), 甜藕(れんこんの甘煮)があり, 蓮子(蓮の実)は快味蓮子(蓮の実のあめだき)に, 藕粉(でん粉)は蓮麵点心(れんこん麵)として利用し, 料理・製

表4-2. 材料別献立名

中国名	日本語訳	中国名	日本語訳
油炸絲片 糖醋涼薯 豆瓣芋条 糖藕 甜藕 藕麵点心 糖蕃茄 榨菜肉絲湯 炒方了 酥糯米椒 薇菜里背 炒玉米 原味玉米糊 黄豆 果味豆沙卷 青豆蝦仁 毛豆 麻油豇豆 干椒絲煮	フライドポテト 涼薯の甘酢かけ こんにゃくのとうがらし炒め れんこんの砂糖かけ れんこんの甘煮 れんこん麵 トマトの砂糖かけ 搾菜と肉のスープ 野菜の五目炒め 赤ピーマンの米飯詰め ぜんまいと肉の炒めもの とうもろこしの炒めもの とうもろこしのスープ 大豆の炒めもの 緑豆のコロッケ, 果物のソース添え グリーンピースとえびの炒めもの 枝豆のゆでもの ささげのあえもの 茶の葉の唐辛子炒め	葱油餅 鶏蛋炒飯 米飯 緑豆稀飯 粥 麵 粽 吐司 豆沙麵泡 本地小名 麵窩 蛋糕 甜橘糕 蛋糕 沐糖西米湯 甜味芋餅 酥餅 桃酥 湯元 ◎青豆泥	ねぎ入りおやき 卵入り炒飯 ご飯 緑豆入り粥 粥 麵 ちまき トーストパン あんぱん 蒸しパン黄粉かけ 菓ごもり揚げ カステラ カステラ (オレンジ) カステラ (ジャム) 百合根とみかんのシロップ煮 芋饅頭 (ゴマあん入) あん入りパイ 桃のパイ あんを包んだ饅頭 青豆あん
種実類 乱米板栗 椒栗炒白菜 拔糸蓮子 快味核桃 花生豆	栗の素揚げ 栗と白菜の炒め煮 蓮の実のあめ煮 胡桃のから揚げ 落花生の揚げもの	果物 萃果 梨子 洋梨子 香蕉 水瓜 菠蘿 葡萄	りんご なし 洋なし バナナ すいか パイナップル ぶどう
穀類 蒸餃 蒸擰角餃 粉紅餃 蒸餃子 鍋貼餃子 餃子 水餃子 北方水餃 燒麦 包子 肉包子 玉米煎餅 玉米粉粍	蒸し餃子 (松葉敷き) 蒸し餃子 蒸し餃子 蒸し餃子 焼き餃子 焼き餃子 ゆで餃子 ゆで餃子 燒売 饅頭 肉饅頭 とうもろこしのおやき とうもろこしのもち	腌菜 大頭菜 甜頭 糖醋薤頭 薤頭 辣薤頭 蒜頭 醬菜 泡菜姜 泡菜 (計豆) 泡菜	漬物 漬物 らっきょうの漬物 らっきょうの醤油漬け らっきょうの甘酢漬け にんにくの漬物 ゴールラビーの醤油漬け しょうがの漬物 十六ささげの漬物 いんげんの漬物

菓用材料として利用範囲の多い食品材料であった。

豆・その加工品は5.6%で、豆渣は大豆を水で膨潤し、臼で挽き、布でこして粕を除かずに加熱したものに、茶の葉を浮かした料理であった。牛乳生産量の少ない中国では、豆漿(豆乳)は重要な蛋白質、脂肪の栄養源となっている。原味豆腐(豆腐の花)は、豆漿に凝固剤を加えただけで、脱水も整形もしていない状態である。これは、液と固形分が分離している状態が雪花の形に似ているところから、豆腐花、豆腐脳とよばれている。普通の豆腐は麻婆豆腐(豆腐の唐辛子入り炒め煮)、家常豆腐(豆腐の炒め煮)で使用され、豆腐干(干豆腐のせん切り)は硬めに造った豆腐を厚さ1~2 cm、縦3~5 cmの角に切り、調味料に漬け込み、加熱して味をしみ込ませたあと、弱火で乾燥したものである。これをベースにして醤油、陳皮、五香粉などで味つけし、^{いぶ}燻した豆腐の加工品が醬豆腐である。

種実類は2.2%でくるみと栗が主であった。くるみは品質が良く、くるみ油や乾果に用いられる他、揚げくるみのあめ煮(快味核桃)もあった。

表5. 食品材料の出現割合

動物性食品群	割合 (%)	植物性食品群	割合 (%)
家禽類		穀類	20.3
鶏肉	4.7	野菜類	16.4
蛋	4.7	豆, 豆製品	5.6
獣肉類		種実類	2.2
猪肉	3.0	果実類	5.6
牛肉	1.7	腌菜	7.3
魚介類		飲物	17.2
魚類	5.2	茶(料理に使用)	1.4
蝦, 魷魚	1.7		
野味類			
田鶏	0.4		
甲魚	0.4		
加工品			
熟貨	2.2		
	24.0		76.0

果実類は5.6%で苹果, 梨, 葡萄, 香蕉, 水瓜, 菠羅など季節の果物が供された。

腌菜は7.3%で大頭菜, らっきょうなどであった。

飲物は茶, 啤酒が主で他に白酒, 山葡萄酒があった。白酒は北から南までの各地で生産されており, 原料も多様なため, 味・香りは一様ではなく数多くの名称がある。著者らが喫飲した武漢製造の黄鶴楼酒(白酒)は, 糯高粱を原料とし, 小麦からなる麴を用い発酵し, 蒸溜したアルコール分54度の酒で, 醬香とよばれる香気と茅台酒に似た風味を持った名酒であった。山葡萄酒は野生の葡萄を用いて醸造し, 酒液は紫紅色で透明, 香気は馥郁として, こくのある独特の風味を備えている。アルコール分15度前後, 糖分12%以上で甘い葡萄酒に属する。この他に緑茶を使った料理が1.4%あった。

4. 湖北省の名菜について

湖北省は淡水魚の武昌魚, 桂魚を利用した料理が優れ, 「清蒸辺魚」は蒸し料理で, 薄いあんかけの素材の持ち味を生かした名菜である。青魚(コイ科)をぶつ切りにし, 醬油で煮込んだ「紅焼青魚」はもともと安徽省の料理であるが, 湖北省では衣をつけて揚げ, 煮込む料理となった。湖北人の味覚に合わせて改造された料理の一例である。このように, 湖北省は長江中流の水陸交通の要衝にあって, 長い間, 経済文化交流の歴史の中で, 他の地方からの料理の流入も多い。したがって, 調理技術向上にも多大な影響を受けてきたものであろう。

また, れんこんの産地で, 「糖藕」, 「甜藕」, 「藕麵点心」など各種の料理があった。

点心類の「青豆泥」は青豆のあん(うぐいすあん)で当地の名菜になっている。葱油餅, 玉米煎餅は, 日本の「おやき」に似ており, 後者の原料はとうもろこしを使用したものであった。

5. 茶について

湖北省は緑茶の産地である。恩施とその一帯の山間地は蒸し製の緑茶, 玉露を製造している。製茶は4月下旬から5月上中旬に行われ, 茶葉の一心2~3葉を摘み, 蒸気で蒸し, 揉捻したのち乾燥をする。日本の玉露や煎茶と同じ製法で, 細くピンとのびた針のような製品は, 山地特有の香気と自然の土壌条件に育まれた, やわらかな渋味と濃い味がある。細い針状の葉茶を用いて菊の花型にまとめた菊花茶があった。さらにこれら茶産地の少数民族は, 油茶を好む喫茶習慣, 茶を使った食物文化を伝承している。

「油茶」は茶の葉を油で炒め, 落花生, 米と豚の背脂などを同じように油で揚げ, ねぎ, しょうがなどの具と汁もの程度の塩湯を入れ食べる恩施の伝統料理である。

油茶の材料および作り方については次頁に示す通りである。

〔材 料〕		(30人分)	
緑茶葉 (恩施産)	55 g	ラード 140~150℃ で別々に 揚げる	ねぎ 40 g にんにく 30 g しょうが 30 g 塩(0.8%濃度) 43 g 湯 5.4 l
花生豆	250 g		
豚の背脂	100 g		
春雨(1cm長さ)	35 g		
炒米	75 g		
胡桃	200 g		
ラード (揚げ油用)	適宜		

〔作り方〕

1. 中華鍋にラードを入れ140~150℃に熱する。
2. (1)の中に緑茶葉、花生豆、春雨、炒米、胡桃を各々別々に、弱火で4~5分炒め揚げ、皿にとっておく。
3. 別の鍋で豚の背脂を十分炒めて余分な油をとっておく。
4. 湯碗にみじん切りにしたねぎ・しょうが・にんにくを入れる。
5. 次に下処理をした花生豆・春雨・炒米・胡桃・豚の背脂を入れ、最後に茶葉を入れる。
6. 別の鍋に湯を沸かし、清し汁程度の味をつけた塩湯を具の入った湯碗の中に注ぎ熱いところを供する。

また、茶を使った料理には、干椒絲煮(茶の葉の唐辛子炒め)、豆渣(茶葉入りおから汁)などがあった。豆渣は豆乳から粕を絞らず、茶葉をさっと加熱して加え、白色の豆乳に緑の葉を浮かべた洒落た一品で、茶の産地ならではの料理で、大変興味が持たれた。

この油茶の栄養価を日本と中国の食品成分表を用いて計算したところ表6に示すように1杯分134kcalであった。

表6. 「油茶」の栄養価計算

1人当たり栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム
日本食品成分表	134 kcal	4.4 g	11.3 g	18.5 mg
中国食品成分表	131 kcal	4.0 g	10.6 g	17.0 mg

6. 菜譜(献立)の組み合わせ

中国の宴席料理は、前菜、熱い主要料理、湯菜(スープ)、点心、最後に果物という流れがある。この献立構成を考える上で必要条件は、材料、調理法、味付けが重複しないよう、配慮することである。その他、料理の色、形、味、香りについてもチェックして一皿ごとに変化をつけることが基本条件とされる。今回の菜譜の中から夕食献立を事例として表7にまとめた。

一応ルールにしたがっているようであるが、野菜、種実、豆腐料理の植物性食品の割合が多く、地方色豊かである様に考察した。

ま と め

湖北省の菜譜を調査し、収集した菜譜をもとに献立構成、調理法、食品材料を分類し地域特性を考察した。

1. 献立構成について

宴席料理の献立構成に基づいて分類した結果、前菜11.3%、熱菜31.2%、湯菜6.5%、点心21.6%、果物5.2%、飲物17.3%であった。

表7. 歓迎用献立次第

	菜名	日本語訳	切り方	色
六 冷 碟	乱米板栗	栗の素揚げ	塊	黄金
	麻油豇豆	ささげのあえもの	条	緑
	炸土豆片	ポテトチップス	片	淡黄
	快味核桃	胡桃のから揚げ	球	白
	緑豆芽菜	もやしの炒め煮	絲	灰白
	豆腐干卷	干豆腐の巻きもの	片	淡黄
四 熱 炒	酥炸魚排	草魚のパン粉揚げ	片	茶金
	豆瓣芋条	こんにゃくの唐辛子炒め	条	灰白
	荔枝金条	かぼちゃの衣揚げ	条	淡黄
	酢椒猪肉	豚肉の香辛料炒め	丁	茶紅黒
四 大 菜	酥糯米椒	赤ピーマンの米飯詰め	筒形	紅黄
	薇菜里背	ぜんまいと肉の炒めもの	絲	緑茶白
	清脚魚蒸	スッポンの澄ましスープ	塊	淡黄黒
	磨菇素扣	マッシュルームととうがんの蒸しもの	段	白淡黄黒
飯 点	原味玉米糊	とうもろこしのスープ	磨	黄
	米飯	ご飯		白
点 心	玉米煎餅	とうもろこしのおやき	円形	黄金
水 果	香蕉	バナナ		緑黄
	水瓜	すいか		緑赤

2. 料理数について

朝食は、西洋式と中国式の点心類のスタイルでは料理数に大きな違いがあらわれた。昼食は宴席料理の献立構成に基づいた献立のため、平均12.9品と多かった。夕食の料理数は平均15.0品で最多のときは22品の料理であった。

3. 調理法の分類

献立構成における大菜中の熱菜を献立名から最終調理法で分類した結果、油を熱の媒体とした調理は62.5%で全熱菜の半分以上をしめた。水を媒体とした調理法は26.4%で、蒸気を熱の媒体とした料理は11.1%であった。

4. 食品材料の出現割合について

動物性食品材料の出現割合は全体に少なく、魚類の5.2%が最も多く、次いで鶏肉・卵の4.7%、猪肉は3.0%、牛肉は1.7%で低かった。植物性食品材料では穀類が20.3%で小麦粉を利用した点心類であった。野菜類は16.4%で瓜類・れんこんも多かった。豆・その加工品は5.6%であった。

種実類は2.2%、果実類は5.6%で、季節の果物が供された。

飲物は17.2%で茶、啤酒、白酒、山葡萄酒、オレンジジュースなどがあつた。

5. 名菜について

湖北省は湖沼群が多いため淡水魚の料理が多く、特に蒸し料理は薄味のアんかけで素材の持ち味を生かした名菜である。比較的日本人の味になじみやすい紅焼などの煮込みが多かった。

また、点心類では、青豆泥、玉米煎餅、玉米粉粿などの餅類が地方色を出していた。

6. 茶について

湖北省は緑茶の産地であり、恩施とその一帯の山間地は蒸し製の緑茶、玉露を製造している。また、油茶を好む喫茶習慣が残っており、干椒絲煮、豆渣など茶を使った茶の産地ならではの料理があり、茶の飲食文化を伝承していた。

参 考 文 献

- 1) 三上稲子・南 廣子：名古屋聖霊短期大学紀要, 7, 85~93(1984)
- 2) 南 廣子, 安部公子, 糟屋優子：名古屋女子大学紀要, 35, 107~114(1989)
- 3) 南 廣子, 安部公子, 糟屋優子：名古屋女子大学紀要, 35, 115~124(1989)
- 4) 南 廣子, 安部公子, 糟屋優子：名古屋女子大学紀要, 36, 131~140(1990)
- 5) 南 廣子, 安部公子, 糟屋優子：名古屋女子大学紀要, 37, 131~140(1991)
- 6) 南 廣子, 安部公子, 糟屋優子：名古屋女子大学紀要, 38, 105~111(1992)
- 7) 三上稲子・南 廣子：四川・湖北・湖南の旅, 茶の文化振興会(豊名会)(1982)
- 8) 中国料理百科辞典, 第3巻, 同朋舎出版, 38~40(1988)
- 9) 中山時子監修：中国食文化辞典, 角川書店(1988)
- 10) 洪 光住監修：中国食物辞典, 柴田書店59~67, (1988)
- 11) 世界の食べ物週刊朝日百科62, 7-139~140(1982)
- 12) 朱良銀編：筵席指南, 人民軍医出版(1991)
- 13) 中国菜譜編写組：中国菜譜(湖北)(1978)
- 14) 原田 治：中国料理素材事典(野菜・果実), 柴田書店, (1979)
- 15) 原田 治：中国料理素材事典(魚介)柴田書店, (1978)

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 Hubei district, China.

1. The Number of Cooking Menu

The average number of total dishes was 33.0 items for three meals a day; 8.5 items for breakfast, 12.9 items for lunch and 15.0 items for dinner .

The special case was 22.0 items for dinner cooked by using the products of Enshi at a restaurant for invited foreign guests.

The proper quantity of one meal for one person was 1.4 dishes on the average.

2. Composition of Menu

The menu for a banquet consisted of 11.3% of hors d'Oeuvres, 37.7% of main dishes (6.5% of soup plus 31.2% of main meal) 6.9% of pickles and 26.8% 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 percentage of the heating medium.

The results were that 62.5% of meals were fried by oil as a heating medium 26.4% boiled by water, 11.1% steamed by steam.

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 24.0% of animal foodstuffs and 76.0 % of vegetable foodstuffs; rice, wheat flour walnuts chestnuts.

5. Regional dish in Hubei

The famous menus are “qing dou ni nu” “qing zheng bian yu” “wu chang yu” “hong shao qing yu” “you cha”.