

ひと なべ ちゅうごく あじ ぶんか 一つの鍋がつなぐ中国の味と文化

みな 皆様さん、こんにちは。ことし がつ みえけんちょう こくさいこうりゅういん はたら しんしゅんけん しん 今年4月から三重県庁で国際交流員として働いている沈春妍（シン・シュンケン）です。わたし ちゅうごく かなんしょう き 私 は中国の河南省から来ました。どうぞよろしくおねがいします。今回紹介するのは、ちゅうごく にんき りょうり ひなべ ひなべ にく やさいなどを鍋に入れて、みんなでいっしょに食べる料理です。

ちゅうごく ひなべ りょうり かぞく ともだち ひと なべ かこ はん た 中国では、火鍋はただの料理ではありません。家族や友達と一つの鍋を囲んで、ご飯を食べながら話をする時間でもあります。

ちゅうごく ひろ くに ばしょ ちが ちが ちが 中国はとても広い国です。場所によって、気候や自然が大きく違います。そのため、火鍋も場所によって味や食べ方が違います。今回は、5つの火鍋を紹介しながら、中国のいろいろなちいき しょくぶんか み 地域の食文化を見てみましょう。

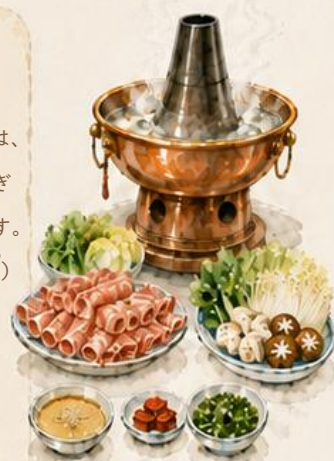
北京銅鍋涮肉 — 昔からの味

北京の火鍋といえば、「銅鍋涮肉」が有名です。

なまえ のとおり、銅でできた鍋を使います。鍋の真ん中には煙突があります。昔は、下で炭を燃やして鍋を温めていました。スープはとてもシンプルです。水にねぎと生姜を入れるだけです。うすく切ったひつじ にく なべ にんじん 肉を鍋に入れて、すぐに取り出します。そして、ごまだれをつけて食べます。北京では、腐乳（豆腐を発酵させた食べ物）やパクチーなどを、たれに入れる人もいます。

北京の冬はとても寒いです。そのため、体を温める羊の肉は、昔からよく食べられてきました。北京銅鍋涮肉は、味の濃いスープを使いません。肉などの食べ物そのものの味を楽しむ料理です。

ここには、北京で昔から大切にされてきた「食べ物そのものの味を楽しむ」という考え方が見えます。



四川麻辣火鍋 — 辛くて、しびれる味

「四川の火鍋」と聞くと、「辛い料理」と思う人が多いかもしれません。四川の火鍋は、たしかに辛いです。でも、辛いだけではありません。唐辛子のほかに、花椒（中国の山椒）や八角など、いろいろなものを使います。辛い味、舌がしびれる感じ、いい香り、うま味。いろいろな味が一緒になっています。

四川は、雨が多く、湿度が高い地域です。昔から、料理に唐辛子などをよく使ってきました。

その食文化から、今の四川の麻辣火鍋が生まれました。四川では、家族や友達が丸いテーブルを囲んで、赤いスープの火鍋を一緒に食べます。火鍋を食べながら、みんなで話したり笑ったりします。これは四川の日常的風景の一つです。



潮汕牛肉火鍋 — 新鮮な味

中国の南にある潮汕という地域では、食べ物の新鮮さをとても大切にしています。

潮汕の牛肉火鍋では、その日に切った新鮮な牛肉を使います。牛肉は、いろいろな部分に分けて、お皿に並べます。牛肉は、部分によっておいしい食べ方が違います。鍋に入れて数秒で食べるものもあります。

潮汕の人々は、牛のそれぞれの部分に合った食べ方がないと考えています。

肉の違いを楽しむのが潮汕の牛肉火鍋です。

食材を大切に、食材のおいしさを生かす考え方が、この火鍋に表れています。



海南椰子鶏火鍋 — 南の自然の味

海南島は、中国の南にある島です。一年を通して暖かく、ココナッツが有名なです。

海南の椰子鶏火鍋では、水の代わりにココナッツの水をスープに使います。

そこに、地元で育てた鶏肉を入れて煮ます。鶏肉を煮ると、鶏肉のうま味

とココナッツの自然な甘さがスープに広がります。味はあっさりしています

が、しっかりとうま味があります。

この火鍋では、海南の自然のおいしさを味わうことができます。



雲南きのこ火鍋 — 山の味

雲南省は、中国の南西にあります。自然が豊かで、いろいろな植物が育っています。きのこの季節になると、町のお店や市場に、山で採れたたくさんのきのこが並びます。

雲南では、昔から山の近くで生活する人がたくさんいました。山から

もらった食べ物を大切にしています。きのこ火鍋では、いろいろな種類

のきのこを鍋に入れます。きのこを煮ると、いい香りとうま味がスープ

に広がります。

一つの鍋の中に、雲南の山や自然の豊かさがつまっています。



最後に — 鍋から広がる世界

同じ「火鍋」でも、場所によって味や食べ方が大きく違います。そこに住んでいる人々の暮らしも違います。

でも、どの場所の火鍋にも、同じところがあります。それは、みんなで一つの鍋を囲んで食べることです。

家族や友達と話したり、笑ったりしながら、一緒に楽しい時間を過ごします。火鍋は、おいしい料理である

だけではありません。人と人をつなぐ料理でもあります。

世界には、いろいろな国や地域があります。そして、それぞれに違う料理や文化があります。その違いを

知ると、「こんな食べ方もあるんだ」「こんな生活もあるんだ」と、新しい発見があります。皆さんも、

いろいろな国の料理を食べて、その国や地域の文化を知ってみてください。料理をきっかけに、新しい

文化との出会いがあるかもしれません。





みえけん こくさいこうりゅういん
三重県の国際交流員が、

まいつき てーま
毎月ちがうテーマで、

じぶん くに ぶんか しょうかい
自分の国の文化を紹介しています。

よ
ぜひ読んでください。



M u l t i c u l t u r a l M i e