

# 「南蛮料理のルーツを求めて」

## アジア各地に息づく魅惑の融合料理

食べもの文化研究者・神戸女子短期大学名誉教授

片寄 眞木子

わが国には、南蛮料理や南蛮菓子と称されている料理やお菓子が数多く現存している。てんぷら、南蛮漬けなどは、もう日本古来の料理のように位置づけられている。人気の高いカステラ、そしてポーロ、アルヘイなどの南蛮菓子や、有名な長崎のシッポク料理のメニューにあるヒカド、パスティなどの色とりどりの南蛮料理が、各地で家庭の味として、あるいは料亭の料理として、今も生きている。この料理やお菓子の多くは、ポルトガルが起源とされている。いうまでもなく、あの17世紀の初めに徳川幕府によって鎖国令が出されるより以前に、キリスト教とともにわが国に入ってきた「南蛮文化」の名残りというわけである。

そのルーツをたどり研究を進めるうちに、ポルトガルから日本に至る途中のアジアの寄港地に、今もさまざまな「クレオール料理」(ポルトガルと地元との融合料理)が生きていて、しかもそれらがとてもおいしいことを発見した。

### はじめに ポルトガルを訪ねる

まず、南蛮料理や南蛮菓子のルーツとされるポルトガルに、当時の料理や菓子が今も残っているのだろうかと考えて、ポルトガルを訪ね、確かめてみることにした。

すると確かに、カステラのルーツと思われるpão de ló (スポンジケーキ)、confeito (コンペイトウ・砂糖菓子)、bolo (ポーロ・丸い焼き菓子)、fios de ovos (卵の糸)等の菓子、そして、てんぷらや南蛮漬けのルーツと思われるfrito (衣をつけた揚げ物)、escabeche (小魚の酢油漬け)などの料理が、今もよく作られており、これらが日本に伝わったのではないかと考えられた。

長い航海を経てたどりついた彼らが、日本で手に入る材料で、何とか故郷の味と香りに近いものを作ろうと努力したことであろう。

気候風土も、材料や設備も異なる地において、遠来の

ポルトガル人がつくった料理をわが国の料理人たちが見よう見まねで伝え、数百年を経て残ったのが今日の南蛮料理ということになる。

しかも、ポルトガル人の足跡は、17世紀初頭以来のわが国の鎖国によって長い期間途絶えてしまい、キリシタンへの過酷な弾圧では、少しでもその気配のあるものはすべて禁止したはずである。この空白期間を挟んで今日までの気の遠くなるほどの長い年月を経て、なおこのような南蛮料理や南蛮菓子が国民に深く愛されて今日まで伝わっているのである。



長崎のシッポク料理の中の南蛮料理。「ヒカド」(手前左)、「イセエビの『フルカデール』と『カストース』(手前右)、「パスティ」(奥中央の網目状)

たしかに、どれもとても美味で、見た目も華やかで魅力的である。おそらく、これらの料理やお菓子が、よほどわが国の人々の口に合い、大衆的に人気があったからであろう。



片寄 眞木子  
(かたよせ まきこ)

神戸女子短期大学名誉教授・食べもの文化研究者  
略歴  
奈良女子大学家政学部食物学科卒業  
長崎大学水産学研究所修士課程修了  
長崎大学医学部研究生、医学博士  
玉木女子短期大学助教授・教授(1980-1996)  
神戸女子短期大学教授(1996-2009)  
専門：公衆栄養学、食文化学、管理栄養士  
現職：神戸市看護大学非常勤講師、  
全国みりん研究会幹事

主な著書

『南蛮料理のルーツを求めて』『聞き書 長崎の食事』  
『長崎の郷土料理』『新しいクッキング』『応用栄養学』  
『公衆衛生学』他



カステラと鶏卵素麺の  
ルーツと思われる pão  
de ló と fios de ovos



衣に塩味をつけ、ぼってりとした  
厚い衣をつけて揚げる家庭料理  
「フリート」。タネは白身魚、さつま  
いも、かぼちゃ、なす、さやいんげん  
など。長崎でんぶらによく似ている。



街のフリート屋さん。魚に衣をつけてたっぷりの油で揚げる様子は、まさに日本の『てんぷら』。語源は temperar という説がある。

## ポルトガルから日本への経路

ヨーロッパ大陸の最西端にあたるポルトガルのロカ岬には碑があり、詩聖カモンイェスの有名な「ここに陸果て海始まる」の言葉が刻まれている。前方に広がる大海原のその向こうに、当時の人々があこがれてやまなかった黄金の国ジパング（日本）がある。

岬に立つと、過去の偉大な探検家、野心家そして宗教家たちのことが胸をよぎる。探検と放浪の旅に、あるいは異国を征服することを夢見て、一攫千金の富と栄誉を求め、キリスト教を未知の世界に広めて異教徒を帰依させることに使命感を抱き、彼らはそれぞれの思いで大海原に乗り出していったのであろう。

探検航海の強い推進者であったエンリケ航海王子（1394-1460）のもと、アフリカ沿岸と沖合の島々の探検と

征服と植民が進められ、やがて1498年にヴァスコ・ダ・ガマがケープタウンをまわってインドに到達。1510年にはアフォンソ・デ・アルブケルケがインドのゴアを占拠して拠点を建設し、以後ゴアは栄えて最盛期の16世紀末には人口20～30万人の大都市「黄金のゴア」へと成長する。

ゴアから先は、マラッカに、次いでマカオに拠点を築くわけであるが、その間の1543年にポルトガル人が鉄砲を持って種子島へ漂着し、続いて九州各地へのポルトガル船の来航となる。

日本へは、やがて複数の大型船団による定期航路として、地図に見るような次のようなルートができる。

リスボン(ポルトガル) - ゴア(インド) - マラッカ(マレーシア) - マカオ(中国) - 長崎(日本)

この寄港地のそれぞれにポルトガル系の食文化が持ちこまれ、現地の食材と伝統的な調理法がミックスして、さまざまな新しい食文化が生まれた可能性がある。

南蛮人がわが国の港に渡来した光景を描いた「南蛮屏風」が、いま世界に60点ほど現存しているが、その絵のなかには、白系のヨーロッパ人に加えて、従者や水夫として、なかにはコックとして、途中の港から連れてこられたのであろうアフリカ人、アラビア人、インド人、あるいはアジアの諸民族らしい有色の人たちの姿が描かれている。

こうしてみると、わが国の南蛮料理の形成過程には、ポルトガル本国からの影響よりも、その途中の寄港地で培われた食文化の影響がより強くあった可能性もみえてくる。



ポルトガルから日本(長崎)への南蛮船の主たるルートと寄港地

## 西洋と東洋の食文化が融合したクレオール料理

あの時代からすでに4世紀を経ているわけであるが、当時の寄港地のいくつかを、ポルトガルは現代に至るまでしっかりと手中にしてきたので、そこにはたえず本国からの食文化が直接持ち込まれてきた。

筆者は、縁あって長崎市に1970年から26年間居住し、鎖国の間も海外への窓口として交流を続けていた長崎の食べもの文化を研究する過程で、日本と中国そして西欧との混血料理である、わが国の「南蛮料理」の魅力を確認し、その延長上にマカオ、マラッカ、ゴア、東ティモールの各地にも日本の南蛮料理と同様の食べもの文化があるのではないかと考えた。

そこで、時間の許す限り各地を何度も訪ね、そこに西洋と東洋の食文化がミックスして生まれた素晴らしい融合料理（クレオール料理）の数々を発見したのである。

### ① インド・ゴア地方 インド料理との融合

インドのゴア（現在はパナジ・パンジム市）にはポルトガルの影響が現在もなおさまざまな面で色濃く残されている。市民の約半数はポルトガル時代にキリスト教徒となった人たちの子孫が混血であるといわれ、パナジの町並みにはポルトガル風の洋館や教会がみられ、焼き立てのポルトガル風パンを売る専門店もある。ここでは「ポルトガルの影響を受けたゴアの料理」の研究家にお会いして、実際にいくつかの料理を作っていたいただきながら、お話を聞くことが出来た。



ゴアに残るヨーロッパ風の町並み

インドでは数種類のスパイスを混合してすりつぶしたマサラ（ヒンドゥ語）が料理の基本となっており、各家庭の台所にはマサラ調整の石臼が置かれている。ポルトガル起源の料理も、ほとんどがマサラで風味が付けられており、スパイスがよく効いた料理になっていた。『カヴァラ・レシエアド』（鯖のマサラ詰め）もこの例の一つ。またゴアのソーセージであるチョウリソと、ポルトガルの



ゴアの「ガリニャ・カフェリアル」（鶏のスパイス炒め）。アフリカからポルトガル船によって伝えられた料理。

チョウリソにもスパイスの違いがみられた。前者にはにんにく、こしょう、レッドチリ、クミンシード、クローブ、ターメリック、シナモン、しょうが、酢、椰子酒等が加えられており、後者よりもずっとスパイシイなソーセージになっていた。

もう一つの風味の違いの原因は、やはり材料にあると思われ

た。これはどこの地でも言えることであるが、外来の料理を取り入れるためには、その地で生産される食品や入手しやすい類似の食品で一部を代替することが行なわれている。ゴアの場合には、ココナッツミルクが牛乳の代わりに多く用いられ、アーモンドの代わりに現地産のカシューナッツが用いられている。食材は現地のものを取り入れ、料理名もポルトガル語と英語が混じったものが多く使われていた。



ゴアの「カヴァラ・レシエアド」（鯖のマサラ詰め）をつくるマリア・ロドリゲスさん

### ② マラッカ 独特の「クリスタン料理」

マレーシアのマラッカでは、まさにクレオール料理といえる「クリスタン料理」とその伝承者であるC.J. マーベックさんに出会うことができた。「クリスタン人」と称するマラッカポルトガル人（16世紀のポルトガル人とマラッカの民族の子孫）で、ローマカトリック教徒であり、独自のクリスタン語を話す人々が伝えてきた料理である。

現地には名高い「ニョニャ・ババ料理」というマレーと中国の混血料理もあるが、それにポルトガル料理が加わったものが「クリスタン料理」である。料理名や調理法にポルトガルの影響が見られ、現地の食材とそれに合う調理法が巧みに組み込まれている。スパイシイ、ぴり辛い、甘い、酸っぱいの、微妙なバランスによる複雑な味覚に特徴がある、とマーベックさんは話してくれた。



マラッカの中心地区にある教会。



マラッカの『デビルカレー』。材料は鶏肉、じゃがいも、玉葱、しょうが、ジャロット、キャンドルナッツ、ターメリック、唐辛子、タマリンド、醤油など。

マラッカの『ガリーニャ・パイ』(チキンパイ)。鶏肉と野菜を煮てスープごと深鉢に入れ、パイ生地で覆ってオープンで焼く。長崎の『パスティ』によく似ている。



マラッカの『チチャルウ・ソイ・リマン』(鯔のライム・醤油ソース)。南蛮漬けにそっくり。

『デバル』(デビルカレー)、『セムール』(ビーフシチュウ)、『パンダ・スシ』(ミンチ肉あん入りのサツマイモパン)、『クエ・タト』(パイナップルタルト)などの独特の素晴らしい料理や菓子に加えて、『チチャルー・ソイ・リマン』(アジのライム・醤油ソース)や『ガリーニャパイ』(チキンパイ)などは、日本の南蛮漬けやパスティととてもよく似ていて、日本に伝わったのはこれではないかという思いを強くした。

### ③ マカオ 中国料理との融合

東西文明のクロスロードであったマカオでは、ポルトガルと中国の食文化が交流し、さらに、アフリカ、インド、東南アジア、ブラジルなどからやってきた食材とスパイスが



マカオの『カーリー蟹』(蟹カレー風味)。

マカオのポルトガル菓子『エッグタルト』と『パン』。



加わって複雑な融合料理が生まれていた。

ポルトガルの血を引く「マカイエンサ」と呼ばれる人たちの家庭では、ポルトガル風マカオ料理が伝承されている。マカオ市内には、家庭的な雰囲気のマカオ料理を味わえるレストランがあり、日替わりメニューはポルトガル語と中国語の両方で書かれている。主婦達が持ち寄った『ポルトガル鶏』『カーリー鶏』『ミンチ』などの料理はやさしい家庭料理の味がした。

ポルトガル系レストランには、ポルトガル料理と並んで『アフリカンチキン』や『カーリー蟹』があり、中国系の店では『血鴨』『達粗(タッチョ)』などの融合料理を味わうことが出来た。また、コロアネ島のザビエル教会近くの菓子店では、ポルトガル風のパンやポルトガル菓子の『エッグタルト』が市民の人気を集めていた。

### ④ 東ティモール おいしいポルトガルレストラン

1997年夏に、東ティモール(当時インドネシア)を訪れた。400年近くポルトガルの植民地であったために、食文化への影響はかなりあるはずだと考えたからである。首都ディリの市内には数軒のポルトガルレストランがあり、現地の材料による華やかで美味しいポルトガル料理を味わった。やはりここでもポルトガルよりもスパイシな味付けがされていた。



東ティモールのポルトガルレストランの『イスカス・コン・パタタ・フリータ』(レバーとフライドポテト)。

その2年後、ディリの町は戦乱の巷となり、出会った人達の安否を案じていたが、知人からの情報では、2002年5月の独立後いくつかのポルトガルレストランが復活しているとのことである。

### まとめ クレオール料理の魅力

ポルトガルの影響があった地には、日本の南蛮料理と同じように、それぞれ新しいクレオール料理が生み出されており、それは、東洋と西洋の良さを見事に取り入れた、すっきりとおいしく、味わい深い料理であるといえよう。

#### 参考文献

『南蛮料理のルーツを求めて』片寄真木子(平凡社)1999