

模擬講義

# 東北の食文化と世界の食文化

第一回 食文化を学ぶ意義

—ハラル食と宮城の食文化を題材に—

吉村 風

注：「東北の食文化と世界の食文化」（仮）第一回の模擬講義です  
本講義は1年生向けの講義として想定しています

# 食事をしない人間はいない

- 老若男女誰もが食事をする

「生命がなければ宇宙もない。そして生きとし生けるものはみな養いをする。」（ブリア・サヴァラン『美味礼賛』）

→食は誰にとっても普遍的なテーマ

# でも「食」に「文化」がつくと…

「食文化」の定義は研究者ごとによって違う。

- 「原料の生産に始まり、調理、栄養、生理など食に関するあらゆることが含まれ」「食習慣や嗜好もやはり文化の問題」(石毛直道2005)
- 「「食文化」とは、民族・集団・地域・時代などにおいて共有され、それが一定の様式として習慣化され、伝承されるほどに定着した食物摂取に関する生活様式をさす」(江原絢子2009)

「食」→食材・調理・食事といった「食べる」ことに関すること、あるいはそれに付随する様々な事象

「文化」→世代、地域、民族といった複数の個人・世代により共有される概念や慣習・習慣

「食文化」→「「食べる」ことに関することで、複数の個人・世代により共有される概念や慣習・習慣」と定義。

# 「食文化」の機能・要素/なぜ食文化を研究するのか

## 【「食文化」の機能・要素】

- (1) 食文化はその土地の景観・気候・地理・歴史と強く結びつく
- (2) 食文化は民族・地域・共同体といった集団のエスニシティやアイデンティティとなる
- (3) 食文化は時代や政治性・状況により変化する
- (4) 食文化は人をつなぐ

→「食」に対して新しい視点・物語（ナラティブ）を生み出すことが「食文化研究」の重要な意義

食文化はひとをつなぐ：：ハラール食と宮城の風土食

# ハラール（ハラル）をしっかりとっていますか？

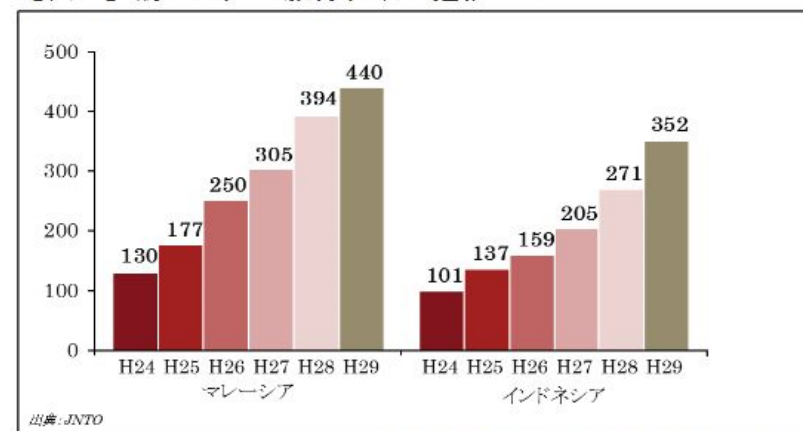
- イスラム教では「クルアーン」とモハメッドの言行に従い、様々な、禁忌が定められている。  
ex.豚を食べない、飲酒の禁止、女性は肌を見せない…etc
- アラビア語で「許されている」ことをハラール（ハラル）と呼び、反対に禁忌を「ハラーム（ハラム）」または「ノンハラール」と呼ぶ。  
→イスラム教徒としては、信仰に反しないようハラルの食材を食べることが重要。
- 食材や衣服・医薬品などが、ハラールかどうかを判断し「イスラムの教義上、問題ないものである」ことを宗教と科学の観点から認証する機関をハラール認証機関と呼び、世界に200以上の機関が存在。



# 宮城県のハラール対応食普及促進事業

- インドネシア・マレーシアなど東南アジアを中心とするムスリム（イスラム教徒）旅行者への「食」に関連したおもてなし対応の普及促進を図る。
- 県は平成28年度からハラール対応食普及促進事業を開始。
- ガイドブック作成、ハラール対応セミナー、テストマーケティング、ムスリム試食会などを行う

【表4】訪日外国人旅行者数の推移（単位：千人）



（両国からの訪日旅行者の多くは中華系であるとみられることに留意）

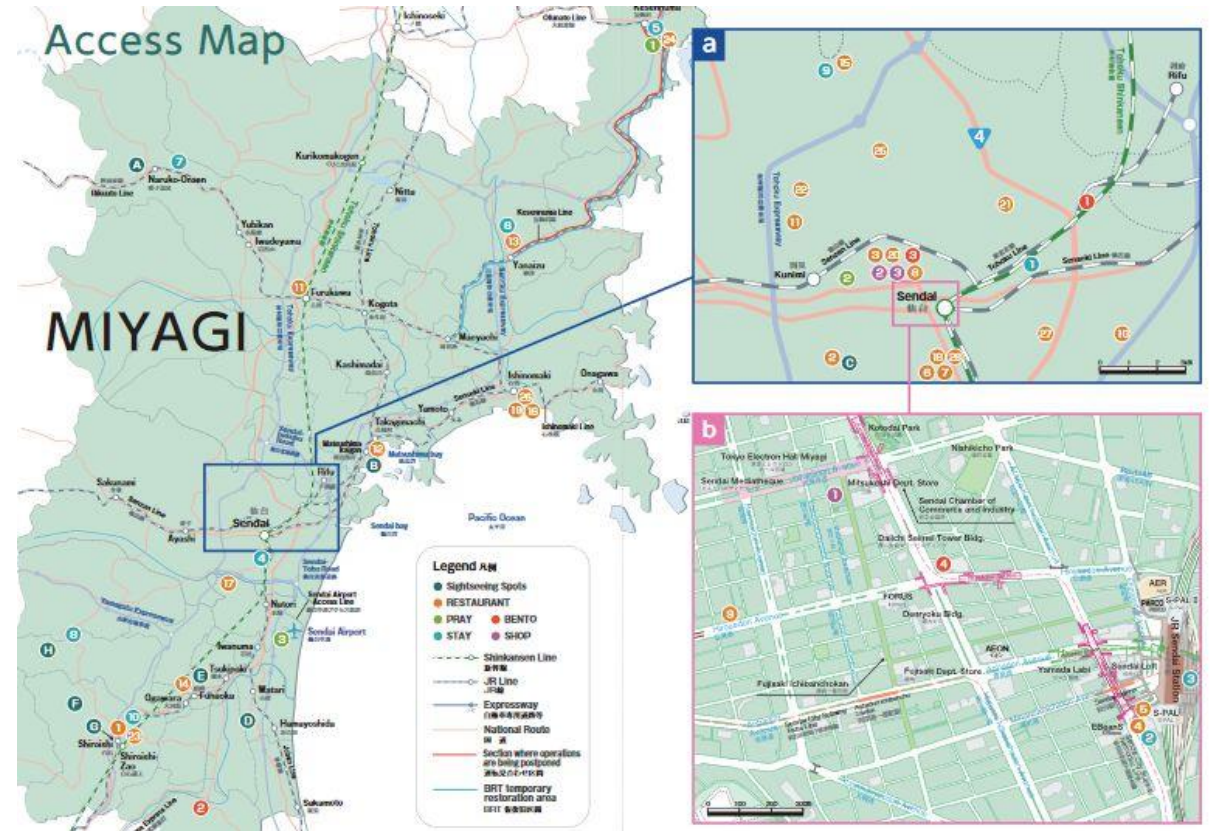
内閣官房観光戦略実行推進タスクフォース2018『訪日ムスリム旅行者対応のためのアクション・プラン』

→県としてハラール対応のレストランや食品を増やし、ムスリム旅行者を誘致しようという計画

# 宮城県におけるハラール対応の現状

- ハラール対応が可能な飲食店や宿泊施設：48施設。
- ハラール対応の物産品として、ハラール牛たん弁当、レトルトカレー（ハラール認証あり）、温麺などの開発がなされる。

東北におけるハラール対応先進県として注目





# ハラール食対応の今後

## (1) 新型コロナの影響により、インバウンド客の回復が不透明。

インドネシア・マレーシアを中心とする団体のインバウンド観光を対象に検討してきたが、新型コロナにより、今後の状況が不明。

→すでに日本に在留しているムスリム・ムスリマを対象にする、または個人や小人数のムスリム・ムスリマ観光客を対象に含める必要性。

## (2) ハラール認証の難しさ

ハラール認証組織は乱立しており、組織によっては不十分な確認であったり、認証費用が高額になる場合もある。

→ハラール認証を目指すのではなく、予算を多くかけずにできるムスリムフレンドリーから始める必要性

## (3) ハラール「料理」という誤解

→人々はハラールフードという食文化に属しているのではなく、自国のエスニシティに基づいた食文化に属している。

## (4) リピーター化による期待の変化

→スシ・テンプラ・スキヤキ・ラーメンからより深い日本への興味へ

特に (2) (3) について、東京におけるラマダンの食の調査をもとに解説。

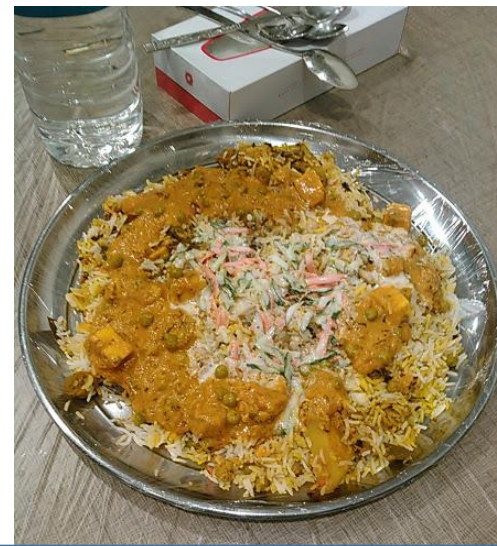
# マスジド・アッサラーム（御徒町マスジド） のラマダーン

- 東京、上野御徒町のマスジド・アッサラーム（御徒町マスジド）を2019年5月23日のラマダーンの礼拝と会食を取材。
- ラマダーンは「断食月」とされるが、食事をとらないのは日中だけであり、日没後から夜明け前までは普段よりモスクでごちそうが振舞われる。
- 運営者がスリランカ人のため、参加者はスリランカ人のムスリム・ムスリマが多め。ただし、スリランカ以外のバングラデシュ人なども参加。



# ラマダーンの礼拝後の食事

- デーツやバナナ、スイカといった果物。カトウレトゥ（揚げ物）、ラッサム（スープ）など軽食類。
- メインにビリヤニ。ライタ（ヨーグルト）をたっぷりかけて食べる。  
→全て、ハラール食であるが、料理としてはスリランカ料理。



自国のエスニシティに基づいた食文化に属している。

# 風土料理 × エスニック料理

- 人々はハラール食という食文化に属しているのではなく、自分たちのエスニシティに基づいた食文化に属している。（ハラールは食材を選ぶ基準の一つにしか過ぎない）
- ハラール対応だけではなく、その国のエスニシティに合わせた食材や料理の提案があってもいいのではないか？

→インドネシア・マレーシアの料理を通じて宮城の食文化を伝えることはできないか？

# 宮城の食材でサンバルを作る

## 【サンバル】

- インドネシア、マレーシアなどで使用される、唐辛子ベースの調味料（サンバルとは「チリソースの意味」）
- トウガラシをベースにタマネギ、ニンニク、トラシ（エビの発酵調味料）をすりつぶし、油で炒めて作る
- 薬味や調味料に近い存在。日本の醤油のようにどの料理でも使われる。インドネシア・マレーシアでは欠かせない調味料。
- 各家庭で作られ、味は千差万別（甘いものから激辛まで。チリソースであればなんでもよい）



(画像)英語版Wikipedia Sambal、 Indonesian cuisine  
<https://en.wikipedia.org/wiki/Samba>  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Indonesian\\_cuisine](https://en.wikipedia.org/wiki/Indonesian_cuisine)

# 宮城風サンバル2種（ノーマル/くるみ和え）

## 【材料】

- 生唐辛子（栗原市産）：5本～7本
- トマト：1個
- 赤玉ねぎ：半個
- ニンニク：3かけ
- 仙台味噌（仙台市産）：大さじ2杯
- アンチョビ（石巻産）：小さじ2杯
- 魚醬
- 黒砂糖：大さじ1

## 【作り方】

- (A) 唐辛子・トマト・赤玉ねぎ・ニンニクを細切れにする
- (B) 仙台味噌・アンチョビ・黒砂糖を和える
- (A) と (B) を合わせて弱火で煮詰め、水分を飛ばしたら完成

※くるみ和え（Sweet）を作る場合は、唐辛子の隔壁をとる。アンチョビを小さじ1にする、砂糖を大さじ2にし、すりつぶしたクルミを適量加える。



# 2種の宮城風サンバルカナッペ



Canapé with Sambal sauce a la MIYAGI (Hot/Sweet)

Ingredients : Fresh chill produced in KURIHARA,

Tomato, Red Onion, Garlic, Miso produced in SENDAI,

Anchovy produced in ISHINOMAKI, Brown sugar, Nyokumam, With Abura-Fu made from wheat, and fried with soybean-oil.

Sweet type Canapé : In Addition Walnut paste.

ムスリム・フレンドリーの原則：情報を相手に伝え、最終的には相手に判断をゆだねる

# 宮城の風土食の要素を取り入れたサンバル

## (1)意外と似ているサンバルと南蛮味噌漬

	サンバル	南蛮味噌漬
ベース	トウガラシ (赤・青いずれもあり)	青トウガラシ
発酵食品	トラシTERASI UDAND (エビの発酵ペースト)	仙台味噌
副材料	タマネギ・ニンニク…	
調味料	塩・酢	ザラメ・酒・みりん
調理法	油で炒める	味噌に漬け込む
備考		元来は山形の郷土料理。 東北全域で類似の郷土食は存在

→副材料や調理法は異なるがベースの部分は非常に似ている



# 宮城の風土食のその他の要素

- ふすべ餅



- くるみ餅



【画像】 宮城の食を伝える会のレシピ (NHKエデュケーショナルきょうの料理より)

[https://www.kyounoryouri.jp/recipe/5019\\_%E3%81%B5%E3%81%99%E3%81%B9%E9%A4%85%EF%BC%88%E5%AE%AE%E5%9F%8E%E3%81%AE%E5%86%AC%E3%81%AE%E9%A4%85%EF%BC%89.html](https://www.kyounoryouri.jp/recipe/5019_%E3%81%B5%E3%81%99%E3%81%B9%E9%A4%85%EF%BC%88%E5%AE%AE%E5%9F%8E%E3%81%AE%E5%86%AC%E3%81%AE%E9%A4%85%EF%BC%89.html)

[https://www.kyounoryouri.jp/recipe/5026\\_%E3%81%8F%E3%82%8B%E3%81%BF%E9%A4%85%EF%BC%88%E5%AE%AE%E5%9F%8E%E3%81%AE%E9%A4%85%EF%BC%89.html](https://www.kyounoryouri.jp/recipe/5026_%E3%81%8F%E3%82%8B%E3%81%BF%E9%A4%85%EF%BC%88%E5%AE%AE%E5%9F%8E%E3%81%AE%E9%A4%85%EF%BC%89.html)

# 宮城の風土食のその他の要素

- ふすべ餅：ふすべ餅は栗駒地区を中心とする栗原市の三迫川流域の餅料理。
- 唐辛子と焼きドジョウの粉をきかせ、酒、みりん、醤油または味噌で調味する

→冬場の保温・夏場の滋養強壮

栗駒地区の昭和30年代の調査では、年中行事・冠婚葬祭などで、年間70日~80日餅を食べる日があり、餅の料理方法も20種類以上現存。

くるみ餅：宮城・岩手で一般的な餅料理。

くるみをすりつぶし、砂糖・醤油などで伸ばしたペーストに餅を和える。

味噌南蛮以外にも宮城で食される唐辛子

- くるみのペースト

→サンバルでもピーナツペーストを和えて肉料理に使う

宮城の風土食をサンバルで表現することは十分に可能

# 宮城風サンバルソースから見えてくるもの

- 食文化という観点で見た場合、ハラルだけではなく、それぞれの人々のエスニシティに合わせる必要性が見える。  
→エスニシティへの尊重・対応はホスピタリティへとつながる。
- 「サンバル」というエスニックな料理であるが、自分の地域の要素を組み合わせる  
→地域の食文化を効果的に伝えられる「食」へ

食文化研究は「人をつなぎ、新しいナラティブを生み出す」  
→新しいナラティブを生み出す視点を学んでいきましょう。

# 主な参考文献

- 石毛直道2005 「対談食文化研究のあゆみと展望」 (VESTA2巻7号通号58)
- 江原絢子2009 『日本の食文化—その伝承と食の教育』 (アイ・ケイコーポレーション)
- 金野正1980 『栗駒の歴史と民俗』 (刀水書房)
- 『みちのく宮城：ふるさとマイ・ラブ』 (創童舎 企画編集. 宝文堂出版, 1980)
- 宮城県 「ハラール対応食普及促進事業」  
<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/syokushin/halal.html>
- 東京都2020 『ムスリム旅行者おもてなしハンドブック』