

## インドネシア（ジャワ近辺）の食品

藤 本 滋 生

(澱粉利用学研究室)

昭和57年8月10日 受理

### General Foods in Java and the Neighboring Islands, Indonesia

Shigeo FUJIMOTO

(Laboratory of Applied Starch Chemistry)

#### 緒 言

インドネシア共和国は広範囲に広がった数千の島々から構成されており、また異なった言語や文化慣習を持つ多くの民衆の集まりである。これに加えて、古くからインドと中国という異なった巨大文化の影響をそれぞれ強く受けてきた。また、のちにはオランダを通してヨーロッパ文化も入りこみ、これらが混然となった独特の文化が育っている。このことはインドネシアの多様な食品にも反映しており、食事文化の伝播やその受け入れなどに関する多くの示唆を含んでいるように思われる。

著者は、1981年の6月～7月にジャワ島、マドラ島、およびバリ島に滞在し、主として食品類に関する調査を行った。本論文は、この調査結果を基に、この中からわが国との比較の対象として興味深い食品をとりあげ、インドネシア発行の書籍類<sup>1,2,6,7,9,11,12)</sup> その他文献により補充訂正したものである。調査期間が乾期の2カ月間という短期であるため、接した食品の種類には片寄りがあると思われる。しかし少なくとも本論文

で触れた基本的な食品類に関しては、各島あるいは地域による差異はあまり大きくないように感じられた。

なお、キャッサバ *KETELA POHON*, *Manihot esculenta* Cranz を原料とする食品類に関しては別報<sup>3)</sup> とした。

#### 調 味 料

現在、食品の素材に関しては世界各地でかなり共通化されている。したがって各国、各民族に特有な料理とは、その伝統的な調理の仕方、とくに味付けによって性格づけられている面が大きい。この味付けには、民族的な嗜好や気候などの要素も関係するであろうが、なによりもその地域で得られる調味材料の種類が最も大きく影響しているように思われる。

##### 1. 天然調味料

最も基本的な天然調味料は食塩であろう。ついで果実類の甘・酸味などが利用され、さまざまな植物の組織の香味や刺激味の利用へと発展したと思われる。

**ココナツ** *KELAPA*: ココヤシ *Cocos nucifera* Linn. の栽培は容易であり、油脂分を30～40%含む高カロリーの胚乳を有するココナツを長年にわたり、しかも年間を通して多量に生産する。ココナツを産するすべての地域において、ココナツは食品として最も重要であるばかりでなく、調味料としても最重要の位置を占めていることが指摘されている<sup>10)</sup>。インドネシアでも同様である。このことは、人々がたんにココナツの香味を好むということだけでなく、ココナツが熱帯の食品として優れたものであることに起因していると考えられる。多くの油脂は、それ自身の不飽和脂肪酸による酸敗、有毒化のため、食品の変質の最も大きい要因のひとつになっている。しかしココナツの油脂は Table 1 に示すように、その大部分が飽和脂肪酸であ

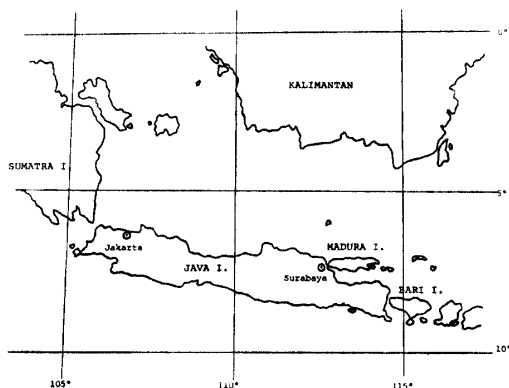


Fig. 1. Map of Java and the neighboring islands.

Table 1. Property of coconut oil<sup>8)</sup>

Melting point	20–28°C	
Specific gravity	0.912–0.922	
Saponification value	246–264	
Iodine value	7–11	
Composition of fatty acids	10:0	10–19.5%
	12:0	40–45
	14:0	20–24
	16:0	7–10.5
	18:0	5
	18:1	6.3

る<sup>8)</sup>。したがって、油脂類にとって環境のよくない熱帯高温地域においても安定で安全に使用できる。不飽和脂肪酸を含まないことは栄養面からみれば不利であるが、食品の乾燥や老化を防ぎ、微生物の侵入を防止し、さらにトウガラシなどの辛味成分の溶解分散やその刺激をやわらげるなど、油脂の長所を充分に發揮することができる。また、融点が高いために油の付着面がべとつかない点も大きい長所である。

インドネシアにおけるココナツの利用形態は、まずココナツ胚乳をおろし板ですりおろしたもの *PARU-TAN KELAPA* を、さまざまな料理や菓子の素材として多量に使うほかそのまま振りかけて食べる (Photo 1)。さらに、これに水を加えて搾り出したココナツミルク *SANTAN KELAPA* は、米を炊飯したり、スープや雑炊を作り、あるいは魚や野菜を煮るだし汁として欠かせない。またインドネシア料理に特有の各種のソースやシラップ類が、濃いココナツミルク (ココナツクリーム) に種々の香辛料や砂糖などで味付け

して作られる。さらに、ココナツミルクから分離するココナツ油 *MINYAK KELAPA* は、インドネシアにおける最も重要な食用油であり、インドネシアにはこのココナツ油を用いた炒めものや揚げものの料理がきわめて多い。このように、あらゆる食品にココナツの香味が付加されており、インドネシアの食生活はココナツなしには成り立たないといえる。

香辛料 *BUMBU*: インドネシアは香辛料が豊富であり、さまざまな香辛料を多量に使うことがインドネシア料理の特徴のひとつになっている。そのうちでも比較的多く用いられているものを Table 2 に示す。

量的にはトウガラシ、ニンニク、アカワケギが多い。またナンキョウやバンウコンはとくに東ジャワ一帯で好まれているものである。やや特殊なものとしては、ククイナットやパンギノキなどの苦味をもつ堅果が特定のスープに入れられる。バニラやジャワニッケイは主として菓子類や飲料用である。なお、インドネシアではチョウジ *BUNGA LAMANG*, *Eugenia aromatica* Kuntze やニクズク *PALA*, *Myristica fragrans* Houttugn などの生産量も多いが、これらはもっぱら輸出用であり、料理にはほとんど使われていない。

塩・砂糖・酢 *GARAM・GURA・CUKA*: ジャワ島東部海岸やマドラ島では、ヤシの幹で作った水槽から広大な塩田に至るまでの、さまざまな規模の海水製塩が盛んである。家庭用として、約 300g 程度の角形に押し固めた食塩が市販されているが、風味よく感じられる。

ジャワ島にはサトウキビ *TEBU* の栽培もあり、近代的な工場により精製糖 *GURA PASIL* が作られてい

Table 2. Spices and herbs in Indonesia

Chilli	トウガラシ	<i>CHABE</i>	<i>Capsicum annuum</i> Linn.	fruit
Garlic	ニンニク	<i>BAWANG PUTIH</i>	<i>Allium sativum</i> Linn.	bulb
Shallot	アカワケギ	<i>BAWANG MERAH</i>	<i>Allium ascalonicum</i> Linn.	"
Greater galangal	ナンキョウ	<i>LENGKUAS</i>	<i>Alpinia galanga</i> Sw.	rhizome
Galangal	バンウコン	<i>KENCUR</i>	<i>Kaempferia galanga</i> Linn.	"
Turmeric	ウコン	<i>KUNYIT</i>	<i>Curcuma domestica</i> Valetton	"
Ginger	ショウガ	<i>JAHE</i>	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe	"
Pepper	コショウ	<i>LADA</i>	<i>Piper nigrum</i> Linn.	fruit, seed
Cumin	クミン	<i>JINTEN PUTIH</i>	<i>Cuminum cyminum</i> Linn.	seed
Coriander	コエンドロ	<i>KETUMBAR</i>	<i>Coriandrum sativum</i> Linn.	fruit, leaf
Fennel	ウイキョウ	<i>ADAS</i>	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	fruit
Lemon grass	レモングラス	<i>SEREH</i>	<i>Cymbopogon citratus</i> Stapf	leaf, stem
Pandanas	タコノキ	<i>PANDAN</i>	<i>Pandanus boninensis</i> Warb.	leaf
Candlenut	ククイナット	<i>KEMIRI</i>	<i>Aleurites moluccana</i> Willd.	seed
Pangi	パンギノキ	<i>KELUWEK</i>	<i>Pangium edule</i> Reinw.	"
Vanilla	バニラ	<i>PANILI</i>	<i>Vanilla planifolia</i> Andrews	fruit
Java cinnamon	ジャワニッケイ	<i>KAJU MANIS</i>	<i>Cinnamomum burmani</i> Blume	bark

る。しかし日常の料理や菓子には、ヤシ糖 *GURA MERAH* が多く使われる。これはココヤシをはじめオウギヤシ *RON TAL*, *Borassus flabellifer* Linn. やサトウヤシ *AREN*, *Arenga pinnata* Merr. などの花梗を傷つけて得られる汁液を煮詰めて固化させた黒糖の一種である。特有の香味が好まれ、また安価である。市場には、1個 100g 程度のおわん形に固めたものや小さいかごに入れたものなど、さまざまなヤシ糖が豊富に売られている (Photo 2)。

酸味料としては、マメ科の巨木であるタマリンド *ASAM*, *Tamarindas indica* Linn. の果肉が最も多く使われている。酒石酸を主体とし、普通干果肉をそのまま料理に入れたり、あるいはタマリンド水にして使う。またライム *JERUK NIPIS*, *Citrus aurantifolia* Swingle の果汁も料理によく使われ、食卓上にもおいて料理やお茶などに搾りかける。

## 2. 人工調味料

インドネシアには多くの醗酵食品があるが、調味料としてもさまざまなものが作られている。しかし醗酵酢が少ないのは、宗教上の理由で酒が飲まれないことと関係しているのであろう。

**ケチャップ** *KECAP*: わが国の醤油に類する調味液で、黒大豆 *KEDELE HITAM* から作る。甘口 *KECAP MANIS* とから口 *KECAP ASIN* がある。製法は、まず蒸した黒大豆を稲わらで包んでかびを生やす。着生菌は *Aspergillus oryzae* であるといわれている。これをほぐしていったん乾燥したのち、3~4週間塩水に仕込みついで大釜でどろどろに煮る。さらに砂糖や香辛料を加えて煮詰め粘稠なソース状としたものである。香辛料にはニンニク、コエンドロ、レモングラス、ウイキョウなどが使われる。甘口の 15l が、黒大豆 3 kg, 塩 2 kg, 砂糖 10 kg から作られ、この砂糖量を減らして塩量を増したものがから口である。ともにスープや煮ものの味付けに使ったり、さらにすりつぶした

トウガラシなどを混ぜてソースを作るほか、小瓶に詰めたものを食卓上におき、料理にふりかける。

**テンペ** *TEMPEH*: 納豆の一種で、ターフ *TAHU* (わが国の豆腐と同じもの) とともに中国から伝来したものと考えられる。伝統的な製造方法は、水煮した大豆をバナナの葉に包んで醗酵させる。*Rhizopus oligosporus* を主とする *Rhizopus* 属の白い菌糸が表面をおおいレンガ状の固まりになっている。そのまま薄く切ってココナツ油で揚げたり炒めたりするほか、ほぐしたものを調味料としてスープや煮ものに使用する。ジャワ島やスマトラ島を中心に古くから親しまれ多量に消費されている食品である (Photo 3)。

**オンチョム** *ONCOM*: 蒸した落花生に、つなぎとしてタピオカ *TAPIOKA* (キャッサバからとった澱粉) を加え、バナナの葉に包んで醗酵させたものである。着生菌は *Neurospora sitophila* で、桃紅色の胞子をつけ、甘い果実様の芳香を有する。食用方法はテンペとほぼ同様で、また菓子のあんとしてもよく使われる。これとは別に、*Rhizopus* 属の菌を繁殖させた黒いオンチョムもある<sup>13)</sup>。

**トラシ** *TERASI*: 各種のトラシがあるが、最も好まれているのは、少し乾燥させた小えびに塩を混ぜて臼でつき固めたものを醗酵させたトラシウダン *TERASI UDANG* である (Photo 4)。きわめて広範囲に使用される調味料で、スープや煮ものの味付けのほか、インドネシア料理特有のさまざまなソースやサンバル類 (後述) などがこのトラシを基材として作られる。前述のケチャップや、わが国の醤油や味噌のような大豆を醗酵させた調味料は、中国大陸をはじめ東南アジア一帯にも広く分布している。しかし東南アジアにはむしろ種々の魚介類を塩で漬け込み醗酵させたいわゆる魚醤の方がより多く使用されている。わが国にも“しょっつる”があるが、魚醤にはこのような液状のもののほかに固形状のものも多く、またいわゆる塩

Table 3. "Fish-sauce" in Southeast Asia

	Liquid		Intermediate		Solid	
Burma	ンガンビャーイ	NGANPYAYE			ンガピ	NGAPI
Thailand	ナム・プラー	NAM PLAA	プラ・ラー	PLAA RAA	カピ	KAPI
			ブー・ドゥー	BUU DUU		
Cambodia	トゥック・トレイ	TUK TREY	プラホック	PRAHOK	カピ	KAPI
Laos	ナム・パー	NAM PAA	パー・デーク	PA DAEK	ボン	PON
Vietnam	ヌオク・マム	NUOC MAM	マム	MAM		
Malaysia			ブドゥ	BUDU	ブラチャン	BELACAN
Singapore					ブラチャン	BELACAN
Philippines	パティス	PATIS			バゴーン	BAGOONG
Indonesia					トラシ	TERASI

辛の状態で使用されるものもある。インドネシアではほとんど固形状のトラシのみが使用されている。東南アジア各国の魚醤の名称を Table 3 に示す<sup>4)</sup>。

## 料 理

インドネシアの料理は多彩であるが、同じ名称の料理でもその味付けに変化が多く、スラバヤ風、バリ風、マドラ風などといった地方好みの区別もある。また市街地の飲食店はほとんど華僑の経営であるので、中華料理とともに中華風の味付けをしたインドネシア料理もある。そのほか、西スマトラのパダン料理、ジョクジャのクデエ料理、西ジャワのペペス料理などの伝統的な地方料理の専門店があり、大都市には世界各国の専門料理店もみられる。

### 1. 米料理

インドネシアにおける主食は米である。一般的に、米が豊富に得られるかぎりは多量の米と少量の辛い副食物ですますことが多いといわれている。伝統的な食事様式は、うるち米 *BERAS* を蒸し、あるいは炊いた白飯に、各種のおかずをのせて指で混ぜながら食べるのが基本形である。わが国や中国のように飯とおかずを交互に口に運ぶのではない。したがって、飯の上に初めからおかずがかけられて供される場合も多く、また混ぜ飯や炊込み飯などの米料理も多い。

**ナシ・プチ** *NASI PUTIH*：うるち米の白飯である。炊く方法には用いる器具や操作の順序などによっていくつかの変化がある。しかし都会ではわが国とほぼ同様の炊飯方法が普通になっている。このほか、いったん沸とうした時点で蒸しかご *KUKUSAN* に移し、このかごを湯をわかした釜 *DANDANG* に乗せて蒸す方法もある。いずれにしても粘りや焦げのない飯が好まれる。

なおこのような白飯のほかに、もち種の赤米 *KETAN MERAH* や黒米 *KETAN HITAM* を蒸したものが祝いの席に出され、あるいは市場で売られており、間食としてもよく食べられている。

**ナシ・ゴレン** *NASI GORENG*：ナシ・プチに細切りした肉やえびを混ぜ、種々の香辛料を加えてココナツ油で炒めた炒飯の一種である。インドネシア風炒飯として世界各国に広まっている。香辛料としては赤いトウガラシ、アカワケギ、ニンニク、コエンドロなどが用いられ、調味には塩、砂糖のほかトラシやケチャップが使われる。冷えたナシ・プチから手軽に作れる料理であるが、この皿に揚げたタマネギや薄切りのキュウリ、鶏のから揚げ、目玉焼き、クルブ・ウダ

ンやエンピン・マリンジョなどの揚げせんべい（後述）などを添えると豪華な食事となる。

**ナシ・グリー** *NASI GURIH*：水の代りにココナツミルクで炊いた油っこい飯で、ナシ・プチよりごちそうである。これにウコンとレモングラスなどの香辛料を入れたものが**ナシ・クニン** *NASI KUNING* で、さらに各種の野菜や鶏肉などを入れて炊き込んだ**ナシ・ケブリー** *NASI KEBULI* などとともに、祭りや祝いごとのごちそうとされる。このように黄色く着色した飯を祝事に用いる風習はマレーシアその他にも広くみられる。

**ロントン** *LONTONG*：洗った米を円筒状に巻いたバナナの葉に入れてゆでたもので、これも祭りの際に主食として食べるほか携帯用とし、あるいは小さく切ってガド・ガド（後述）などの料理に入れる。同様なものでココヤシやオウギヤシの葉で編んだ小さい四角のかごに入れてゆでたものは**クトゥーパット** *KETUPAT* といわれ、衛生的でとくに携帯に便利である（Photo 5）。またもち米に調理した鶏肉や魚などを入れ、バナナの葉に小さく包んで蒸した**ルンプル** *LEMPER* も手軽な軽食としてよく食べられる。これは中国の粽子とほとんど同じものである。

### 2. 野菜料理

葉菜類としては、白菜 *SAWI PUTIH* やキャベツ *KUBIS*、サラダ菜 *DAUN SELADA* などが高冷地で栽培され市販されている。また各地に半野生の状態では栽培されているヨウサイ（エンツァイ）*KANKUNG*、*Ipomoea reptans* Poir. はとくに好まれているようである。しかし一般的には、民家の手近にあるキャッサバやパパイヤ *PAPAYA*、タロイモ *KELADI*、種々の豆類 *KACANG* その他の草や木の若葉がそのまま葉菜として用いられることが多く、したがって葉菜としての植物の種類は多い。

その他の野菜としては、ネギ *DAUN BAWANG* やタマネギ *BAWANG* が香辛料としての用途も兼ねてよく使われ、ナス *TERUNG*、キュウリ *KETIMUN*、カボチャ *LABU*、ジャガイモ *KENTANG*、ササゲ *KACANG PANJANG*、ニンジン *LOBAK MERAH* などほとんどわが国と同様である。

**ララップ・サンバル** *LALAP SAMBEL*：スンダ料理のひとつで、ナス、キュウリ、キャベツ、ササゲその他さまざまな葉菜やタウゲ *TAOGE*（大豆や緑豆のもやし）などを生のままサンバルにつけて食べるものである。サンバルとは、トラシとトウガラシを基材とし、タマリンド、塩、砂糖のほかアカワケギ、ニンニ

ク、ナンキョウ、バンウコン、ククイナットなど各種の香辛料を配合しすりつぶしたペーストで、多くの種類があり、また料理人の腕の見せどころといわれている。なお、生野菜のほか、油で揚げた魚介類、獣肉類、豆腐などあらゆるものをサンバルにつけて食べる料理を総称してサンバル料理という (Photo 6)。

**ガド・ガド GADO-GADO**：インドネシアの料理のうちでも最もよく知られているもののひとつである。ゆでたヨウサイ、ササゲ、ジャガイモ、揚げたターフやテンペ、生のタウゲやキュウリ、ロントン、ゆで卵、揚げせんべい類などを皿に盛りピーナツソースをかけた一種のサラダ料理である。ガド・ガドはこのピーナツソースに特徴があり、これは落花生にトラシ、塩、砂糖、タマリンド、トウガラシ、バンウコンなどを加えて搗きつぶしたあと煮たてで作る。

**サユール・ロデー SAYUR LODEH**：代表的な野菜スープである。ナス、ササゲ、タケノコ *REBUNG* などの野菜や、ナンカ *NANGKA*, *Artocarpus heterophyllus* Lam. の未熟果などを、ココナツミルクで煮たものである。味付けにはトラシ、テンペ、えびなどのほか、トウガラシ、アカワケギ、ニンニク、ククイナット、ナンキョウ、レモングラスなどさまざまな香辛料を用いる。また同様の野菜スープであるが、水煮でとくにタマリンドの酸味をきかせてある**サユール・アサム SAYUR ASAM** や、パンギノキの種子であるクルウェクを入れた独特の風味をもつ**ラウォン RAWON** もよく知られた野菜スープのひとつである。

**ターフ・ツルール TAHU TELUR**：ターフを切って卵を混ぜ、ココナツ油で表面を炒める。これをサラダ菜などを敷いた皿にのせ、特有のソースをかけて供する。このソースは、トウガラシ、落花生、ニンニク、えびペーストなどをすりつぶしたものにケチャップと酢を加えて煮たてたもので、やや酸味をもつソースである。

### 3. 肉、魚料理

インドネシアは回教徒が多いので、バリ島を除いては豚の飼育頭数はきわめて少ない。またその他の肉類も一般的には高級食品に属し、消費量は多くない。しかし魚類は淡水魚、海水魚ともに古くから伝統的な養魚が行われ、沿岸漁業もかなり活発である。また遠洋漁業もようやく軌道に乗ってきつつあるので、将来とも蛋白質資源としては最も重要な位置を占めて行くであろう。

**サテ SATE**：鶏 *AYAM*、山羊 *KAMBING*、牛 *SAPI* などの肉の串焼きで、これもインドネシアを代表する

料理としてよく知られている。特徴はつける“たれ”にあり、たとえば落花生を主体としトウガラシその他の香辛料とともにすりつぶしたもの *BUMBU KACANG* や、ケチャップ、トウガラシ、ライムを主体としたもの *BUMBU KECAP* など多くの種類がある。

**アヤム・ゴレン AYAM GORENG**：鶏肉のから揚げであるが、トウガラシ、アカワケギ、ウコン、コエンドロなどの香辛料と、塩、砂糖、タマリンドなどで味付けしたココナツミルクで鶏肉をいったん煮たのちにココナツ油で揚げたものである。

**ソト・ダジン SOTO DAGING**：鶏、山羊、牛などの肉や肉臓と、ゆで卵、ネギ、タマネギなどを、油で炒めた香辛料とともに煮たカレースープの一種である。香辛料としてはトウガラシ、ウコン、アカワケギ、ニンニク、クミン、レモングラスなどを用い、味付けにはトラシ、ケチャップ、ライム汁などが使われる。

**イカンマス・ゴレン IKANMAS GORENG**：サンバル料理のひとつで、鯉 *GERAMI* やサバヒー *IKAN BANDENG* などのやや大形の魚を丸のままココナツ油でから揚げにし、サンバルソースをかけて食べる。なお、インドネシアでは、魚は生魚、干魚を問わず油で揚げて食べることが多い (Photo 6)。

**サンバル・ゴレン・ウダン SAMBEL GORENG UDANG**：えびをサンバルとともにココナツ油で炒め、これにココナツミルクを注ぎ入れて煮る料理である。えびの代りにターフやテンペ、鶏肉、野菜類なども使われ、これらの煮物料理を総称してサンバルゴレン料理という。

## 菓 子

インドネシアでは、正規の食事以外のいわゆる間食がきわめて盛んである。バナナやマンゴー、ナンカなどの果物、各種のちまき類、あるいは粥や“ぜんざい”のような汁もの、麺類など、多彩な間食用の食品が市場をにぎわしているが、なかでも菓子類が最も多い。とくに甘く腹持ちのよい生菓子が好まれているようである (Photo 7)。また都市部の市場には、欧風のパンやビスケットなどもみられる。

### 1. 米菓子

菓子としてはもち米を基材とし、ヤシ糖とココナツをこれに組合せたものが多い。また安価なキャッサバが米の代用としてよく用いられている。

**クイー・ク KUE-KU**：外観上はわが国の“もち”にそっくりであるが、もち米の粉をココナツミルクで

こね、まるめて蒸したものである。少し甘味をつけてある。紅白の丸もち、菱形に切ったもの、緑豆製の甘いあん入りのものなどがあり、軟かいうちに食べる。

**ワジェック WAGIK**：もち米をヤシ糖とココナツミルクで甘く炊きあげたものである。褐色で菱形に押し固めたもの、まるく緑色に着色してあるもの、あるいは黒米を使ったものなど、色や形の変化に富んでおり、包装もさまざまなものがある。

**ドドル DODOL**：一般にもち米粉と砂糖をココナツミルクで煮詰めたものが基材である。これにチョコレートや卵、ドリアンの果肉などを混入し、加熱しながら固くねり上げたのち、小さくまるめたり切ったりして油紙などに包んである。甘く油っこいもち菓子で保存がきくので、都会の店などでみやげ品としてもよく売られている。もち米の一部を小麦粉やキャッサバ粉あるいはタピオカで置きかえたり、まったくもち米粉を使っていないものもある。

**ラピス LAPIS**：米粉と砂糖をココナツミルクで溶いたものを型に入れて蒸し固めた菓子で、わが国の“ういろう”によく似ている。赤と白の層が交互に積み重なった角形に切られているものが多いが、色も形も多様の変化があり、また小麦粉やキャッサバ粉を使ったものもある。白いラピスをロントンのようにバナナの葉に包み、芯にバナナが入っている**ナガサリ NAGASARI**も広範囲にみられる菓子である。

**オンデ・オンデ ONDE-ONDE**：緑豆やサツマイモなどの甘いあん、あるいはヤシ糖の塊りなどを米や小麦粉などのもち皮で包み、ココナツ油で揚げた菓子である。これも多様の材料で作られ、あんのないもの、揚げずに蒸したものなど変化に富んでいる。一般にはピンポン球ほどの大きさで表面にゴマ粒やおろしココナツをまぶしてあるものが多く、最もよく親しまれている伝統的な菓子である。

## 2. その他

上述のように、米の代用としてキャッサバや小麦粉で作られる菓子も多いが、もともと米を使わない菓子としては次のようなものがある。

**ピサン・ゴレン PISANG GORENG**：バナナの熟した果肉をそのままあるいは薄く衣をつけてココナツ油で揚げたものである。最も手軽な菓子あるいは軽食として多く食べられている。

**フンクイー HUNKWEE**：緑豆の澱粉と砂糖を水またはココナツミルクで煮溶かしたのち型に入れて固めたもので、わが国の“わらびもち”などと同類である。赤や緑に着色したものやバナナの葉に包んだもの

もあり、すりおろしたココナツやココナツミルクなどをかけて食べる。中国から伝来したものであろう。

**ビジ・デリマ BIJI DELIMA**：サゴヤシやキャッサバの澱粉を湿らせて小さい球状や角状に固め、その表面を少し糊化したもので、**サグ・ムティアラ SAGU MUTIARA**とも称される。すなわち、サゴパールあるいはタピオカパールなどとして輸出されているものもこの一種である。熱湯で煮て膨潤させると蛙の卵のようになり、甘いココナツミルクをかけたり、ぜんざいの具のようにして食べる。赤や黄、緑などに着色した粒も多い。

**クルブ・ウダン KERUPUK UDANG**：インドネシアには揚げせんべいの類が多いが、そのなかでも最も好まれているものである。製法の一例をあげると、澱粉にゆでたえびをそのゆで汁とともに加えて搗き混ぜたものをバナナの葉に包んで蒸し、できたかまぼこ様のものを薄く切って日乾する。食用の際はココナツ油で揚げると大きくふくれる。菓子というよりガド・ガドやナシ・ゴレンなどの料理のつけ合せとして食べられることが多い。また、澱粉を煮溶かしたものを板上に円く麺状に押し出して日乾した**クラクリン KELAKELING**や、グネツム *MELINJO*, *Gnetum gnemon* Linn. の種子を蒸したのち押しつぶして作られる**エンピン・ムリンジョ EMPING MELINJO**、あるいはキャッサバやバナナの薄片をかりかりに揚げた**クリピック KRIPIK**などもよく食べられている。そのほか揚げせんべいの類はさまざまな材料で作られ、色模様をつけたものや香辛料を入れたものなど豊富な種類がある (Photo 8)。

**グツック GETUK**：蒸したサツマイモやキャッサバをヤシ糖やココナツなどを加えながら臼で搗いた“きんとん”様の菓子である。加える材料によってさまざまなグツックができ、またこれにあんを入れたり揚げたり焼いたりしてさらに多くの菓子が作られている。

## 考 察

以上のように、インドネシアでは米が主食とされ、米と結びついて大豆加工製品が発達し、さらに主要な蛋白質を魚介類にあおぐなど、わが国の食事の内容と一致する点が多い。それにもかかわらず、味覚の点ではインドネシアの食品はかなり異質のものに感じられる。その最も大きい理由は香辛料の多用であろう。とくに日本人の味覚からすればトゥガラシの辛味が強烈であり、このため他の香味の特徴なども判別できない場合が多い。しかしこれは必ずしも嗜好上の問題だけ

ではなく、おそらく殺菌剤や保存料としての役割も兼ねているものと考えられる。一般に栄養面や衛生環境の遅れた地域では、トゥガラシやニンニク等の多用はそれなりに効果がありやむをえない面もあるとされている<sup>5)</sup>。したがって環境などの改善とともにこれらの使用量は減少して行くものであろう。ともあれインドネシアの料理はインド亜大陸やインドシナ半島などと共通した味付けや調理方法が多いが、同時に中国風や欧風の料理もかなり取り込まれていることがうかがえる。

味覚の点でのもうひとつの特徴は、あらゆる食品にココナツが使われているといえるほど食生活がココナツに依存していることであり、この点も異質に感じられる大きい理由のひとつになっている。前述のように、食品としてのココナツの優秀さを示すものであり、またインドネシアの人々のココナツの香味に対する嗜好性の高さをあらわしている。

食事の習慣に関しては、いわゆる正規の食事以外に市場などでの間食が多く、食生活の上で重要な位置を占めていると思われる点が興味深い。間食用の食品すなわちそのまま口にできる軽食品類はきわめて豊富に市販されており、大部分は保存を考えずにその日のうちに食べるものである。そのなかでも、米とヤシ糖およびココナツを組合せた甘くて腹持ちのよい生菓子類がとくに多くみられる。これらはいわゆるデザート、すなわち食事の一部として発達してきた西洋の菓子と異なり、あくまで食事と食事の間、すなわち間食用として発達した菓子の特徴を示している。この点わが国の生菓子類と共通した要素が多く、とくに“ういろう”や“かるかん”などはその起源を同じくするものであろう。またこのような菓子や料理を作る際に蒸器が多用される点などに、中国文化の影響が強く感じられる。

## 要 約

ジャワ島およびその近辺でみられる主な食品30数種について解説した。インドネシアは米が主食であり、わが国と同様に大豆加工製品が発達している。また、主要蛋白質資源を魚介類に求めているなど、わが国と共通した要素をもっている。しかしその食品は味覚的にかなり異質なものに感じられる。その原因はトゥガラシを主とする香辛料の多用と、あらゆる食品にココナツの香料が付加されている点にあると考えられる。

ココナツが熱帯地方において最も重要な食品でありうるのは、その主成分である油脂がほとんど飽和脂肪酸からなる点に負うところが大きいと思われる。一方、香辛料の使用量は環境条件の向上とともに減少すべきものであろう。

インドネシアの人々は正規の食事以外に盛んに間食をとる習慣をもち、これが食生活の上でも重要な位置を占めていると思われる。そして、間食用の軽食品類はきわめて豊富であり、なかでももち米とヤシ糖およびココナツの組合せになる甘く腹持ちのよい生菓子類が好まれている。

**謝辞** 本調査は1981年度文部省科学研究費補助金海外調査費（課題：東南アジア辺地における生物生産体系と社会構造、代表者：岩切成郎水産学部教授）を得て行われたものである。あらゆる面でご協力をいただいた同行の調査隊員各位（水産学部：岩切成郎教授、平田八郎教授、川村軍蔵助教授、片岡千賀之助教授、農学部：小倉弘司教授、片山忠夫教授）ならびにインドネシア科学院 (LIPI)、ボゴール大学 (IPB) その他の関係各位に感謝申し上げる。また本稿をまとめるにあたり、永浜伴紀農学部教授より有益なるご示唆を、インドネシアからの留学生 Muhammad Tola (工学部) および Pardomuan Sianipar (水産学部) 両君には内容や発音に関するご教示をいただいた。ここに付記し謝意を表する。

## 文 献

- 1) Darjanto and Murjati: Khasiat, racum dan masakan ketela pohon. p. 59-84, Yayasan Dewi Sri, Bogor (1980)
- 2) Eleonora: Masakan masakan Indonesia. p. 1-103, Loka Tjipra, Semarang (1974)
- 3) 藤本滋生: インドネシアにおけるキャッサバの利用形態。南海研紀要, **3**, 投稿中
- 4) 石毛直道, 辻 静雄, 中尾佐助 (監修): 世界の食べもの, **8**, p. 113-224, 朝日新聞社, 東京 (1982)
- 5) 岩佐俊吉: 熱帯の野菜. p. 349, 養賢堂, 東京 (1980)
- 6) Lembaga Biologi Nasional-LIPI: Ubi-ubian. p. 1-113, Balai Pustaka, Jakarta (1980)
- 7) "Nyonya Rumah": Pandai masak I. p. 1-164, Bagian Penerbitan, Jakarta (1980)
- 8) 桜井芳人 (編) 総合食品事典. p. 923, 同文書院, 東京 (1975)
- 9) Steenis, C. G.: Flora, untuk sekolah di Indonesia. p. 1-495, Pradnya Parameta, Jakarta (1978)
- 10) Steinberg, R.: 世界の料理—太平洋/東南アジア編. p. 49-107, タイムライフブックス, 東京 (1974)
- 11) Suratin, N. Y.: Resep kue-kue dan podeng. p. 1-58, Mekar, Surabaya ( - )
- 12) Tjokronegoro, A. A.: Aneka masakan singkong dan ubi. p. 1-69, Gramedia, Jakarta (1980)
- 13) 辻村克良: インドネシアの食品と食生活。化学と生物, **19**, 540-548 (1981)

### Summary

In Indonesia, one of the typical styles of eating rice is to eat the cooked white rice together with a small amount of foods in the side dishes. Although both Japanese and Indonesian eat rice as a staple food, the contents of the respective dishes of these two countries differ essentially in taste and flavor. The characteristic features of Indonesian foods seem to consist in a conventional use of coconut and its oil, together with the abundant use of various kinds of spices in almost all the dishes.

Coconut is certainly one of the most important cooking media in Indonesia, Coconut oil is composed of a relatively high proportion of saturated fatty acids and is stable in its quality, this is the reason why coconut makes itself an excellent cooking medium for the tropical dishes. However, it is considered to be quite probable that the use of spices may be reduced in accordance with the improvement of the nutritional and hygienic conditions in future.

Furthermore, it is quite interesting that many soybean products similar in kinds have been developed in the both countries though there is a big difference in taste.

Besides the staple foods, Indonesian people have a custom to take various snack-foods with high intake a day, and the most favorite one among those is various kinds of undried sweet-cake made from rice assorted coconut and palm sugar.

### Explanation of Photo

1. Grinding of coconut albumen in a market
2. *GURA MMRAH*, palm sugar
3. *TAHU* and *TEMPEH*, the major products of soybean
4. *TERASI UDANG*, a salty shrimp paste (seasoning)
5. *KETUPAT*, boiled rice in a small basket made of palm leaves
6. *LALAP SAMBEL* and *IKANMAS GORENG*, a kind of *SAMBEL* dishes
7. *KUE-KUE*, various undried sweet cakes
8. *KERUPUK UDANG* and other crackers



