

中央アジアの食文化

——特にキルギスの料理について——

西村亜希子・水谷 令子

The Cuisine and Dietary Habits in Central Asia

—— Concentrating on the Kyrgyz Dishes ——

Akiko NISHIMURA and Reiko MIZUTANI

1. キルギスの食文化の背景

1.1 キルギス共和国の概要

キルギス共和国はユーラシア大陸の中央部に位置する国土面積198,500km²の小国である。旧ソビエト連邦に属していたが、1991年に独立して大統領制の共和国となり、正式にはキルギス共和国 (Kyrgyz Republic, 以下キルギスと記す) という。中国、カザフ、ウズベク、タジク4国と国境を接しており、平均海拔は2,750m、国土の60%以上が海拔3,000m以上の山岳国である。

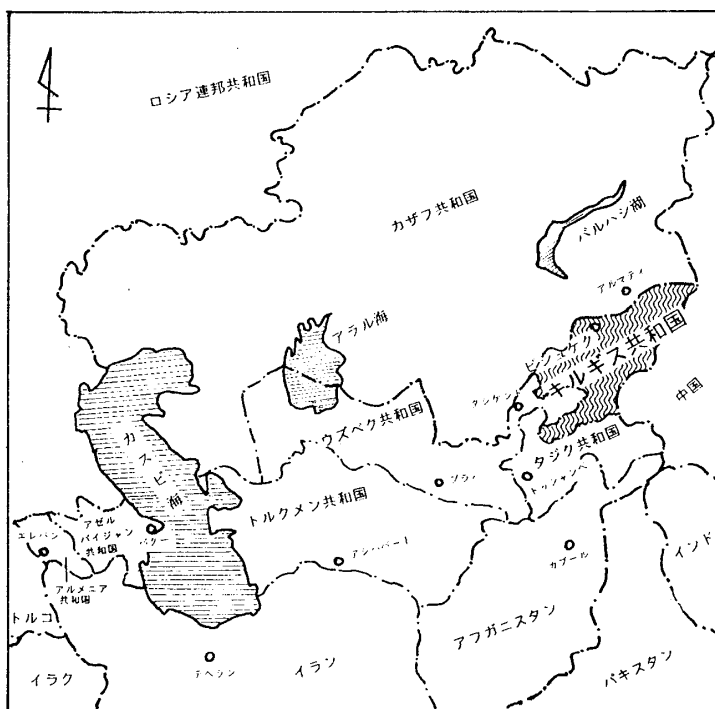


図 中央アジア概略地図

人口はおよそ450万人で、全人口の過半数をキルギス人が占めている。帝政ロシア時代以降に入植したロシア人は人口の20%強を占めるが、独立後になってその数は減少傾向にある。そのほか周辺地域からと旧ソ連時代の政策などによって移住してきたウズベク人、ドイツ人、タタール人、カザフ人、ドゥンガン人、ウイグル人、朝鮮人などの少数民族が居住している。

民族構成は地域によって異なる。例えば首都ビシュケクではキルギス人23%に対してロシア人56%であるが、共和国南部の中心都市オシュではウズベキスタンに隣接しているため、ウズベク人が44%でキルギス人の24%を上回っている。また山岳地域のナリンではキルギス人の割合は88%と高い。このようにさまざまな民族が共住していることがキルギスの文化を多様にし、また、地域によりその構成比が異なることが地方文化を特徴づける要因となっている。

気候は内陸性の乾燥気候で、農業の多くは灌漑に頼っており、オオムギ、コムギ、ジャガイモのほか、果実ではリンゴ、モモ、アンズ、ブドウなどが作られている。そのほか南部では工芸作物としてタバコ、ワタも栽培されている。キルギス人は遊牧民族を起源とし、現在も牧畜を主業とするものも多く、キルギス全土で羊・山羊は950万頭飼育されていて、人口の2倍以上の羊がいるといわれる。

現在のキルギスの主要産業は農牧業であるが、農産物のうち輸出できるものは、蜂蜜と羊毛くらいである。ソ連時代は機械工業、食品加工業、軽工業、鉱業などが全ソ連的な意義を持っていたが、ソ連崩壊後は原材料の供給等の問題で工・鉱業の生産は低下している。市場経済化は徐々に進んでいるとはいえ経済的な混乱は、今後もしばらく続くと思われる。

1.2 キルギスの地理と歴史

キルギスはわが国の東北北部から北海道に相当する緯度（北緯39.1～43.2度）で、山岳部が多く、居住は谷間や盆地に限られている。気候は内陸性冷温気候である。天山山脈の北側に展開する高原（キルギスの首都ビシュケク周辺）は年間降雨量は300mm程度の乾燥地帯となっている。しかし、背後に4,000m以上の山岳を持つところは夏でも氷河からの雪解け水や伏流水に恵まれて、谷や盆地で灌漑による農業が行われている。全農地用面積は1,075万ha、これは国土総面積の5%で、農用地のうち85%以上は放牧地で、耕作できる農耕地は130万haである。農耕地のうち灌漑できる耕地は84万ha、他は天水農耕地である。この耕地面積で十分な生産を上げれば食料の自給は可能だと考えられているが、現状では流通機構などの不備もあって主要食料はどうか需要を満たしていると考えられるものの生鮮食料品の供給状況が悪いといわれている。日本における供給量と比較すると、穀類、いも類など植物性食品、肉類および牛乳の供給量はかなり多いが、魚類は河川や湖があるものの一般の国民はほとんど食べないため、統計上もその数値は示されていない。

キルギス人の間ではイスラム教（スンニー派）が優勢で、彼らは豚肉を食べない。通常の食糧とする家畜は牛か羊である。鶏肉と鶏卵は穀物飼料を必要とするため高価な食品の部類に入る。

キルギスの古い町は大陸の東西を結ぶシルクロードの中継地として栄えた歴史を持つ。イシククル湖から首都ビシュケクへ向かう現在の自動車道は、中国の僧玄奘が通った道に沿っているといわれ、シルクロード天山北路として重要な交易路であった。また、南部の中心都市オシュや古都ウズゲンもインドやアフガニスタンから中国に通じる交易路の中継都市である。このように古代から東西文化の交流に加えて、20世紀になってからの政治上の枠組みの変化などは中央アジアの文化に大きな影響を及ぼした。

1924年、キルギスはカラ・キルギス自治区としてソビエト社会主義共和国連邦、1936年にはキルギス・ソビエト社会主義共和国として、政治、社会、教育等にロシアを中心とする画一的な制度が適用された。この時期ロシアからの移住者も増え、当然生活文化もロシアの影響を強く受けてきた。

1991年の独立後、民族意識の高まりから、キルギス独自の文化への関心は高まってきているといわれるが、首都ビシュケクの家ではロシア料理、中国料理、朝鮮料理、その他少数民族の料理が渾然となって、純粹のキルギス料理に出会うのは困難だともいう。

しかし、キルギス人に伝統的な料理は何か問うと、牧畜民として祖先から受け継いだ羊の料理と答える。この羊料理は、現在もキルギス人が最も好むものであり、儀礼・宴席・祭りにはこれがつきものである。他の1つは馬乳酒、クムスである。キルギス人は、良馬を所有することを誇りにし、その馬から搾った乳はアルコール濃度は2-3%と低いが、乳酒に加工される。クムスは結核などにも効くと信じられていて、国民的な健康飲料となっている。品種改良の成果と思われるが、キルギスの馬は泌乳量が多く、1日は1リットルも搾乳できるということである。

2. キルギスの食文化の概要

2.1 ナンとチャイ

キルギスでは主食と副食の区別がない食事形態といわれるが、ナンという窯（タンドール）の壁に貼り付けて焼く円盤状のパンは主食といってもよい。どんな食卓にもナンがあり、そのナンは主人が手でちぎって客に勧めることで食事の開始になる。乾燥気候なので1日に何回もチャイ（茶）を飲み、その時は常にナンとセットである。チャイハナ（簡易レストラン）でお茶を注文してもナンと一緒に持って来るし、突然の来客にも何はなくてもチャイとナンでもてなすのがキルギスの習慣である。朝食はナンとチャイだけで済ますことが多いという農家の主人もいたし、家畜を放牧するために遠出をするときも、大学生が学校に持っ



写真1 キルギスのナン 大きさや文様は地方によって異なる

て行くのもナンである。

旧ソ連時代には、都市部では、パン工場で焼かれたロシア風のパンが中心であったが、独立後、旧来のナンの人気上がり、パン窯（タンドール）のない都市住民は、バザールで焼きたてのナンを購入する。朝の町に出かけると、ナンを売る手押し車と朝食のために焼き立てのナンを買う人で、街角は賑やかである。ウズベクやキルギス南部のオシュのナンは大きくて、表面に模様がつけてあって評判がよい。丁寧なもてなしには、大きさの違うナンを数段積み上げて食卓の飾りにする（写真2）

中央アジアでは、紅茶も緑茶も飲まれている。紅茶はカラチャイ、緑茶はゴクチャイといい、値段は緑茶の方が高い。ウズベクやキルギスの南部都市オシュでは、緑茶が主であった。北部でも夏には緑茶を飲む場合もある。汗があまり出ないからだという。特に茶を入れる作法などはなく、夏でも熱く、薄めのお茶を飲む。日本のように作法・器などを含めた喫茶を楽しむ文化はないと思った。

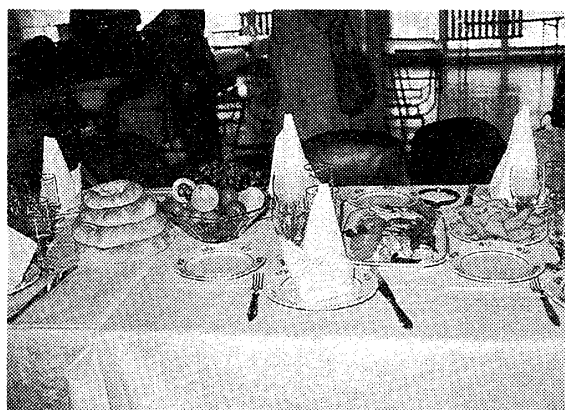


写真2 ナンをつみあげたテーブル

2.2 ラグマンとプロフ

小麦粉の生地を細く延ばした料理と薄く広げた料理がある。キルギスの北東部にはドゥンガン人といわれる中国系の民族が住んでいて、どちらも彼らの民族料理由来であるといわれる。ラグマンは中央アジア一帯に広く分布しており、生地を引き延ばして作る手延べ法と麺帯を細く切る切り麺法とがある。家庭では切り麺法が一般的である。ラグマンは麺をゆでてどんぶり大の鉢（コスという）に入れ、羊肉やトマトなどの野菜の入った具の多いスープをかけたもの、スパゲティのようにソースをからめたものなどがある。うどんとスパゲティの間である。キルギスのラグマンは油っぽくてやや辛いうどん、ウズベクではこのほかに焼きそば（スパゲティといった方がいいかもしれない）様もあった。

麺料理はチャイハナでは軽食となるが、テーブル料理ではスープ料理としている。

中央アジアの米料理には炊き込み飯、米入りスープ、粥がある。炊き込み飯はキルギスではプロフという。フェルガナ盆地の古都ウズゲンではウズゲン米という赤米の短粒種が栽培されているが、キルギスでの米の生産高は少なく、多くはウズベクなどから輸入する。大切な客があるときは、一般米（インディカ



写真3 チャイハナでプロフをつくる人

米)の3倍も高いウズゲン米を使ったプロフでもてなす。

プロフは、イスラム文化圏に共通の米料理で、チャイハナではプロフをつくってみんなで食べることが楽しみの中心である。お客をもてなす時、結婚式や祭りなどの儀礼にはプロフを作る。プロフは地域によって作り方、具や香辛料の使い方などに違いがあるが、具を炒めて(炒めた具のことをバルザックいう)米、塩、香辛料とともに炊きあげて大皿に盛りつけ、上にきざんだ香草を振りかける料理である。プロフは主食ではなく、独立した料理の1つで、プロフにもナンを添えることになっている。

レーズンやマルメロを使ったり、サフランで黄色に色付けすることで、プロフのバリエーションができる。炊きあがりを食べるのが最もおいしく、他の料理を食べている間に、時間を見計らって作るので、コースの終盤近くに供されることが多い。

2.3 キルギスのテーブル

テーブルにセットされているものは、ナスやトマトを使った冷菜、人参やキュウリのサラダ、大皿に盛った丸のままの果物、それにウォッカやシャンペンなどの飲み物、ナン、ボルソック(揚げた小型のパン、ドーナツ風)、小さな容器に入れた塩と蜂蜜(各自で適宜使う)、取り皿、フォーク、スプーン、ナプキン、グラスなど。

席に着くと食卓の料理を自由にとって食べる。すなわち、食事の始まりの合図がない。飲み物も自分で注いで飲む。冷菜や果物、ナンは最後までテーブル上にあるので次のコースの間にも適宜食べてよい。熱いお茶はいつでもおかわり自由である。

次のコースは温かな料理であるショルポ(肉、人参、玉葱、じゃがいもなどのスープ)、メインディッシュの肉料理、サモサなど。筆者らが個人宅や工場・病院などの接待されたテーブル料理は多くの場合ここまでであった。少し丁寧にはこの後にプロフが出る。

大きな宴会の最後のコースはベシュバルマクである。「ベシュ」はキルギス語で5本の指の意味。大宴会には羊を1~2頭殺し、その肉や内臓を各種の料理に使い、最後にゆでられた羊の頭が大皿にのせられて現われる。骨のまわりについた肉を丁寧にこそげとって、細いゆで麺と混ぜたものが頭蓋骨に添えられる。ベシュバルマクである。頭蓋骨はナイフで開いて、その中身(脳髄)をそのまま、又はブイヨンの中に入れて食べる。胃や腸を使った料理、肝臓や肺臓の料理にも珍しいものがある。ベシュバルマクをはじめとするこれらの料理は、キルギス人が遊牧民族起源の人々であることを実感するものである。

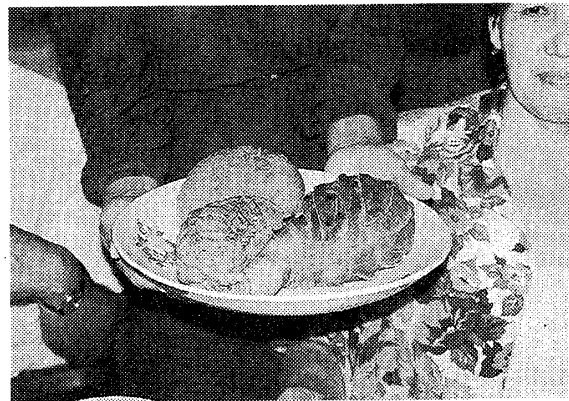


写真4 羊の胃をつかった料理

3. 料理書にみる中央アジア料理の特徴

3.1 キルギスで食べた料理

1994年7月および1996年8月の2回にわたってキルギスを訪問し、その際にホテル、レストラン、個人の家などでお客としてもてなされたうち主なものを選び、その時出された料理を表1に示した。はじめからテーブルに並べられている冷菜や飲み物と、順次サービスされたものを分けて示し、料理とその内容がわかるようにした。食事時に出されるチャイは省略した。

ホスト、地域はさまざまであったが、テーブル構成・料理はほぼ一定していた。筆者らが「食」に関心を持つグループということで、それぞれ工夫を凝らしたのもてなしであったと思われるが、数日目にはあまりの変化なさにうんざりしてくる。帰国前になるとワンパターンのキルギス料理といった印象が拭いきれない。2回ともウズベクやカザフでも食事の機会があったがそこでも同じ感想を持った。

その要因を考察すると

(1) 料理素材に変化がない。

旅行は2回とも同じ季節であったが、冷菜以外に季節野菜の料理にはほとんどお目にかからなかった。サラダ以外の野菜料理は極めて少ないが、それもどこで食べてもちがいがなかった。

(2) 調味料は食塩のみで、どの料理も薄味である。

油脂・乳製品によって味に変化をつけてあるのかもしれないが、筆者らには判別できなかった。食酢も使われるが酸味を感じるような味付けはしない。

(3) 個性的な香辛料の使用がない。

各種香辛料を使用するようであるが、どんな料理も同じ香りで、個性がない。辛い料理もめったにない。

(4) 料理の組み合わせがいつも似ている。

2～3日で代表的な料理は出尽くし、あとはいつも同じである。国境を越えてもかわりばえがしない。

(5) 家庭、レストラン、チャイハナで料理法、料理の種類、材料の種類や良否、盛りつけ、テーブルセッティングに違いがない。調理技術の違いもほとんど感じられない。

これらの特徴は、われわれ日本人の基準・文化でのなしであらうし、味などの微妙な差異を識別できないからであらう。しかし、筆者らには日本と中央アジアの食文化の違いは、日本と中国の食文化の違いより大きいと感じた。

3.2 料理書からみた中央アジアの料理

中央アジアには各地にバザールがある。そこで売られていた農産物の調査についてはすでに報告した^{3,4)}。生鮮野菜や果実は種類、量ともに豊富で、素材の面では変化に富んだ料理が期

表1 キルギスの接客料理

1 回目の訪問 (1994年)

7月25日 料理専門学校での昼食
☆水, 酒類 果物 生野菜(キュウリ・トマト・ネギ・ピーマン) ナン ボルソック 1) 米と羊のレバーと血入りソーセージ 2) 羊の肺にミルクを入れてゆでたもの 3) 羊の腸のポイル 4) マンティ (蒸したぎょうざ様)
7月25日 ビシケク工科大学での夕食
☆水, 酒類, 馬乳酒, 大麦の発酵飲料 果物 生野菜 (キュウリ, トマト) キュウリのピクルス ナン ボルソック 1) 羊肉と野菜のスープ 2) プロフ(羊肉, たまねぎ, ニンジン)
7月26日 国営レストランでの昼食
☆水, 酒類, ペシコーラ, スグリのジュース ナン 果物 1) ナスとトマトの重ね焼き 2) 羊肉と野菜のスープ 3) ビーフストロガノフ(付け合わせ ゆでたソバ粒)
7月27日 ミネラルウォーター工場での昼食
☆水, 酒類, ストロベリージュース 果物 ナッツ (ピスタチオ, ピーナッツ) ナン 1) 酸味のあるスープ(乾燥カティジチーズで味付け) 2) ニンニク入りプロフ *チャイは緑茶
7月30日 ニルタでの宴会
☆水, 酒類 ドライフルーツ 生野菜 (トマト, ピーマン, 香草) ボルソック ニラと豚肉の炒めもの ビーツサラダ ニンジンサラダ (ゆで牛肉入り) 揚げジャガ芋と豚肉のドレッシング合え ナスの香草焼き 1) 鴨のロースト 2) プロフ 3) 羊肉の串焼き 4) 燻製レバーと羊の脂身 5) ペシュバルマク (羊の頭, 麺料理, 羊をゆでたスープ) * 2) 3) 4) の料理の後に休憩をはさみ 6時間以上も宴会は続いた

7月31日 インクアタ温泉の昼食
☆水, 酒類 生野菜 (トマト, キュウリ, ネギ) キュウリのピクルス 果物 チョコレート ナン ボルソック 1) ナスとトマトの重ね焼き 2) ローストチキン 3) ソーセージとゆでたまごのサラダ 4) 羊の臓物ソーセージ 5) ペシュバルマク
7月31日 ビシケク医科大学の夕食
☆水, 酒類 果物 生野菜 (トマト, キュウリ) ナン 1) ゆで肉とジャガイモのサラダ 2) 魚のからあげ 3) ローストビーフ 4) ベリメニ (ワンタン様) 入りスープ 5) 牛肉ステーキ (付け合わせ グリンピース入りライス)
8月1日 ミニベーカーリーの昼食
☆水, 酒類 果物 生野菜 (トマト, キュウリ) クッキー パン (角形) 1) ナスとトマトの重ね焼き 2) 羊肉と野菜のスープ 3) ビーフストロガノフ(揚げジャガイモ付) 4) マンティ
8月1日 別のパン工場での夕食
☆水, 酒類 果物 生野菜 (トマト, キュウリ) ビスケット ナン, パン (角形) 1) ナスとトマトの重ね焼き 2) 麺の入ったサラダ (フンチョーザ) 3) ゆでた羊肉 4) チキンのロースト
8月2日 お菓子工場での昼食
☆水, 酒類 果物 生野菜 (トマト, キュウリ) パン (角形) 1) ニンジンサラダ 2) ビーツサラダ 3) ラグマン (汁の少ないうどん様) 4) マンティ

2 回目の訪問 (1996年)⁵⁾

8月12日 カジノホテルの夕食
☆水, 酒類, リンゴジュース 果物 トマトとキュウリのサラダ ニンジンのサラダ キャベツのサラダ オイルサーディン ボルソック ナン 1) スープとサモサ 2) ハンパーク (付け合わせ 白飯) 3) スイカ, メロン
8月13日 産科病院での昼食
☆水, 酒類, 馬乳酒 果物 生野菜 (トマト, キュウリ) ニンジンサラダ チャクチャク (おこし様の甘味料理) サモサ ボルソック ナン 1) ブイヨンスープ
8月13日 ウルマンベトバさん宅の夕食
☆水, 酒類 果物 生野菜 (トマト, キュウリ) ニンジンサラダ 春雨サラダ (フンチョーザ) ボルソック ナン サモサ ジャガイモ・鶏のオープン焼き 1) スープ (ニンジン, 肉入り) 2) プロフ 3) ケーキ (キルギス風トルテ)
8月14日 チョルボンさん宅の昼食
☆水, 酒類 果物 生野菜 (トマト, キュウリ) ニンジンサラダ ナン 1) スープ 2) サモサ 3) プロフ
8月14日 山のホテルでの夕食
☆水, 酒類 果物 生野菜 (トマト, キュウリ) ナン 1) ジャガイモと鶏の煮込み 2) スープ 3) ペシュバルマク 4) レバー, 脂肪のかたまり *我々の為に羊を2頭殺した

☆ : 初めからテーブルに並べられていた料理

1) ~ 5) : 順次運ばれてきたもの

酒類はシャンパン, コニャック, ウオッカ等, 水はミネラルウォーターである。

食事後, 食事中に出されたチャイは省略した。

94年と96年は記録者が異なるため, 記録方法に多少の差がある。

表2 ウズベク・カザフの料理でつかわれる材料

分 類	使用されていた材料名
穀 物	小麦粉 (86), 米 (49) スイートコーン, トウモロコシ粉, 穀物, パン・パン粉,
いも及びでんぷん類	ジャガイモ (34), でんぷん
砂糖及び甘味料	砂糖 (14), はちみつ,
油 脂 類	植物油 (74), 羊脂 (47), バター (37), 生脂肪・脂身 (10), マーガリン, 馬脂
種 実 類	アーモンド
豆 類	マッシュ豆 (13), 豆, スト豆, いんげん豆, えんどう豆, ひよこ豆, グリンピース
魚 介 類	魚, 魚のあら〔頭・尾・鱗〕, マス, コイ, フナ, サバ缶詰
獣 鳥 肉 類	羊又は牛肉 (60), 羊肉 (32), 羊の臓物〔頭・足・心臓・肺・腸・脾臓・肝臓〕 (23), 肉 (19), 牛肉, 牛の臓物〔レバー・舌〕, 馬肉, 馬臓物〔腸〕, 馬肉加工品〔ソーセージ・燻製・ 乾肉・ハム〕, 鳥肉, うずら, あひる, 七面鳥, うさぎ, 鳥肉半製品
卵 類	卵 (65), 卵白
乳 類	牛乳 (18), サワーミルク (10), サワークリーム (10), 酸乳, ヨーグルト, チーズ, 乾燥カテージチーズ, カテージチーズ
野 菜 類	タマネギ (148), ニンジン (69), トマト (37), ニンニク (23), キュウリ (12), キャベツ, カブ, ネギ, ピーマン, ナス, カボチャ, 大根, ラディッシュ, 葡萄の葉, タンポポの若葉, アルファルファ, トマトペースト, ザワークラフト, キュウリのピクルス
香 草 類	香草 (24), ディル (14), パセリ, バジル, イノンド, コリアンダー, メボウキ, ペパーミント
果 実 類	フルーツ, リンゴ, マルメロ, ザクロ, レモン, プラムの酢づけ, 干しブドウ, 干アズ, 干リンゴ
し 好 飲 料 類	茶, ぶどう酒, コニャック
調味料及び香辛料	スパイス (86), コショウ (73), キャラウェイ (10), 唐辛子, コエンドロ, ローリエ, バジル, サフラン, バニラ, アニス 塩 (172), 酢, レモン酢, ぶどう酢, マヨネーズ
そ の 他	イースト (15), ゼラチン, ベーキングパウダー, 食用ソーダ, かすみ草の煮汁, エッセンス

1) 3冊の料理書に掲載されていた料理数は222であった。

2) 材料名の後の()内の数字は、その材料が使用された料理数で10料理を越える場合のみ記した。

3) 材料が『AまたはB』と表示されていたものは原則としてそれぞれの材料名を示したが2)の集計には含めていない。『羊肉
または牛肉』のみ使用料理が特に多いため記した。

待されるが、実際に食べた感想は上記の通りである。

そこで、中央アジアで購入した料理書3冊から、この地域の食文化の特徴を検討してみることにした。

料理書はウズベクのもの^{6,7)}とカザフ⁸⁾もので合計222の料理が掲載されていた。いずれの国の料理も筆者らが経験したキルギス料理ときわめて類似したものが多い。キルギスで『プロフ』と呼ぶ炊き込みごはん、蒸しぎょうざのような『マンティ』などがこれらの料理書でも数多く紹介されていた。これら料理書の内容から、キルギス、ウズベク、カザフ、それぞれの国の料理の内容には大きな違いは見られず、この3国は共通の食文化圏にあると思われる。

表2にこれらの料理書で用いられていた材料の一覧を示した。掲載されていた料理の材料数は多いが、特定の材料の使用頻度が高いのが目立ち、同じような材料で作られていることがうかがえる。調味料は酢やマヨネーズなどが前菜などでわずか使われているが、ほとんどの料理の味付けは食塩のみといってよい。またスパイスは単独でつかわれることが多く、各種のスパイスを調合するなどの複雑な操作は行われていないようである。肉に油脂と食塩とスパイスで味付けをする料理は、キルギスを含めた中央アジア諸国に共通しているようである。

肉、特にご馳走で用いられる肉は羊肉が主であり、その他に牛肉、各種の鳥肉なども用いられる。羊や牛の内臓を用いた料理も多い。野菜だけで作られた料理はサラダを除いてほとんど見られず、野菜は肉類と組み合わせて用いられている。野菜のうちタマネギは222の料理中148の料理に使用されており、ニンジンの使用頻度も高い。

中央アジアでは料理の主役は肉であり、日本のように野菜主体の料理体系を持っていないこと、厳しい冬季も保存可能な食材に依存せざるを得ないこと、料理に季節感をもたせるといった文化が希薄なことなどがタマネギやニンジンの使用を多くしているものと思われる。このような著しい使用材料の偏りは料理の単調さを際立たせる要因のひとつであろう。

つぎにキルギスの料理と類似する料理を選び、使用される材料を表3に示した。

『プロフ』は25種類と他の料理にくらべ掲載されている数も多く、ウズベク、カザフにおいても重要な料理と考えられる。各種のプロフに共通する材料は米、にんじん、たまねぎ、肉（ソーセージなどの加工品も含む）で、味付けは塩のみである。この他に使われる材料によって様々な種類のプロフがあるが、これらの材料は味に影響を与えない脇役であったり、盛り付け時の飾りであることが多い。

『マンティ』は小麦粉に卵を加えた生地で作られ、それを延ばして中に肉あん（野菜を加えることも多い）を包むものが多く、例外としてカボチャと羊脂をあんにしたものがウズベクとカザフの料理にみられた。『ラグマン』に他の料理では見られないトマトペーストを用いた酸味のある味付けをしたものがみられた。『サモサ』はマンティと似た材料が使用されていた。

これらのいずれの料理も肉と油脂の旨みに、食塩とスパイスで味付けをするのが基本であり、使用材料からみてもキルギスで実際に筆者らが食べたものと大差なく、中央アジアの食文化の共通性が確認された。

表3 キルギスと類似の料理に使われる材料

	プ ロ フ (25)	マ ン テ イ (9)	ラ グ マ ン (8)	サ モ サ (10)		プ ロ フ (25)	マ ン テ イ (9)	ラ グ マ ン (8)	サ モ サ (10)
米	25				トマト			4	
小麦粉		9	8	10	カボチャ		4		
砂糖(粉砂糖も含)		1	2		人参	25		3	
豆	3				大根(黒大根含む)		3		
スト豆	1				ラディシュ	1			
マッシュ豆	1				葡萄の若葉	2			
ひよこ豆	1				タンポポの若葉		1		
バター	1	3		1	ニンニク	4		5	
脂(動物脂)	1	5	1	2	トマトペースト		2		
羊脂	4	6	1	1	トマト又はトマトペースト			2	
生脂肪	1		1	2	マルメロ	4			
油(植物油)	14	1	7	3	ザクロの実	2			
脂又は油	1	1			干しブドウ	6			
肉(特定せず)	5		4	1	香草(特定なし)			1	1
羊肉	4	2		1	ジラ	2		1	1
羊または牛肉	13	3	5	4	パセリ	1			
馬肉加工品(ソーセージ)	1				ディル	1		2	
全卵	2	5	7	7	パセリ又はディル			1	
ヨーグルト		1			ベパーミント		1		
サワークリーム又はヨーグルト		1			スパイス(特定せず)	12	1	2	
キャベツ			6		コショウ(白・黒)	13	4	6	10
ジャガイモ			4		キャラウェイ		1		
タマネギ	25	8	8	10	ローリエ		1	2	
青ネギ				1	サフラン	1			
ピーマン			3		塩	25	8	5	10
ナス			2						

- 1) 料理名はキルギスの名前
- 2) ()の数字は料理書に記載されていた料理数

最後に、本調査に関して、日本とキルギス共和国の多くの方々にお世話になりました。特に、ビシュケク人文大学で日本語教師をされていた清水陽子さんには現地での案内、通訳、調査、報告書作成時でのアドバイス、校閲など甚大なご協力を頂きました。記して、篤くお礼申し上げます。

また、キルギスへの渡航費の一部は(財)味の素食の文化センターの研究助成金によりまかなわれたことを記して、謝意を表します。

参考文献

- 1) 日本キルギスタン友好協会事務局編, 現代のキルギスタン—1994—, 編者発行 (1994)
- 2) 日本キルギスタン友好協会事務局編, キルギスタンへの誘い, 鈴鹿国際大学 (1995)
- 3) 西村亜希子, 水谷令子: キルギスタンのバザール調査, 日本食生活学会誌, 6(3), 38—44 (1995)
- 4) 水谷令子他: キルギスタンの食文化に関する研究, 味の素食の文化センター助成研究報告 5, p.23—27 (1995)
- 5) 末田香里: キルギスタンのごちそう, 日本キルギスタン友好協会ニュース 7号 (1996)
- 6) T. KHVDAYSHUKUROV et al. : UZBEK NATIONAL DISHES, TASHKENT CHIEF EDITORIAL OFFICE OF PUBLISHING AND POLYGRAPHIC CONCERN 《SHARK》 (1995)
- 7) Ш Г. Са лихов: БЛЮДА УЗБЕКСКОЙ, Издательство ЦК Компартии Узбекистана, Ташкент (1991)
- 8) Тлемисов, Х. А. : THE NATIONAL COOKING OF KAZAKHS, Апма - Ата 《КАЙНАР》, (1990)