



朝の食卓（インドネシア編）

1. はじめに

5つの本島を含む大小1000以上の島からなる国。3つの標準時刻帯と100以上の言語が存在し、様々な文化が入り交じる多様性国家。それがインドネシアです。その特徴は食文化にも現れていますが、一点だけインドネシア全土に共通する点があります。日本と同様に、米を主食とする点です。本コラムでは、そんなインドネシアの朝食を紹介します。



〈インドネシア全図〉

2. ナシ

日本人にも馴染み深い「ナシゴレン」をはじめとして、インドネシアには多くの「ナシ」料理があります。「ナシ」とは米のこと。実は、インドネシア人はお米が大好きです。ここでは、「ナシゴレン」の他に、「ナシウドゥッ」と「ナシクニン」を紹介します。

「ナシゴレン」は、インドネシア風チャーハン。朝食だけではなく、昼食や夕食でも人気のある料理です。朝食として食べるときは、目玉焼き、スライスしたキュウリ、トマト、クラッカー等を添えます。



〈ナシゴレン〉

日本語にすると読みにくい「ナシウドゥッ」は、首都ジャカルタを中心に広がった料理で、ココナツミルクとスパイスによる独特の風味が特徴です。卵とポテトを混ぜたご飯を、ソイソースで茶色になるまで炒めた後、ピーナツソースをかけて出来上がり。



〈ナシウドゥッ〉

「ナシクニン」には、「黄飯」という意味があり、インドネシア全土で人気の高い料理です。ご飯の色は、ウコンやココナツミルクの色。黄色いご飯を、テンペ¹、フライドチキン、オムレツ等と一緒に食べます。



〈ナシクニン〉

3. ブブール

日本人にとって米料理で外せないものの一つが「お粥」ではないでしょうか。「ブブール」がまさにそれ。インドネシアにもお粥を食べる習慣があります。朝食で好まれるのは、「ブブールアヤム」と「ブブールマナド」。「ブブールアヤム」は、鶏肉のお粥。地域によって様々なトッピングが加えられますが、インドネシア全土で食べられている定番メニューです。「ブブールマナド」は、野菜のお粥。インドネシア中部のスラウェシ島にある「マナド」という街で生まれた料理です。



〈ブブールアヤム〉



〈ブブールマナド〉

4. クトウパット

「クトウパット」は、お米を椰子の葉でくんで炊いたインドネシア版のちまきです。クトウパットには、地域によって様々なアレンジが加えられます。例えば、ジャカルタで

は、野菜にココナッツカレーを加えた「クトウパットサユール」、西スマトラでは、野菜を一切使わずに、タフ²とスパイスを加えた「クトウパットタフ」が人気です。



〈クトウパットサユール〉

- 1 大豆の発酵食品。
- 2 豆腐料理。厚揚げに近い。

筆者紹介

Mr. Rohaldy Muluk (ロハルディ・ムルック)

Global IP SOUTHEAST ASIAインドネシアオフィス (ChapterOne-IP) 代表。

1954年パダン (西スマトラ州) 生まれ。ベルリン工科大学卒業。専門は物理・機械。エンジニアとしてドイツで17年過ごした後、2004年より知的財産分野のキャリアをスタート。2009年インドネシア弁理士試験合格。2013年よりGIP Unitedsに参加。趣味はスポーツ。

<http://gip-asean.com/>

<http://www.chapterone-ip.com/>

Ms. Adika Muluk (アディカ・ムルック)

Global IP SOUTHEAST ASIAインドネシアオフィス (ChapterOne-IP) 所属。

1992年ベルリン (ドイツ) 生まれ。ピナ・ヌサンタラ大学卒業。専門は物理。2012年より現職。趣味はスポーツ、読書。

編訳者紹介

木本大介 (きもと・だいすけ)

日本弁理士、グローバル・アイピー東京特許業務法人所属。1977年神奈川県生まれ。2003年上智大学大学院理工学研究科電気電子工学修了。専門は通信、エレクトロニクス及びコンピュータソフトウェア。2005年弁理士試験合格。企業 (知財部) 3年、特許事務所7年の経験を経て、2013年7月より現職。趣味はゴルフ。好きな言葉は「人生・仕事の結果=考え方×熱意×能力」。

<http://www.giplaw-tokyo.co.jp/jp/>