



マレーシア料理のご紹介

マレーシアは、マレー系、中国系、インド系、原住民など、様々な民族グループから成る多文化国家です。各民族それぞれに伝統的な料理があることから、マレーシアの食文化に多様性をもたらせてくれています。今回は、マレーシアのエスニック料理の中でも、特に人気のある料理を紹介します。

(a) ナシレマ

ナシレマは、マレーシアに住む人なら誰もが大好きなマレー料理です。また、多くのマレーシア人にとっては、朝食としてポピュラーです。ナシレマを作るには、まずココナツ・ミルクでご飯を炊き、タコヤシの葉に載せます（ご飯は、タコヤシの葉に載せたり、レモングラスを加えることで、香り付けされます）。そして、ご飯の横には、サムバルと呼ばれるピリ辛ソースの他、色々なスパイスが添えられます。きゅうりのスライス、アンチョビを揚げたもの、ロースト・ピーナツなどの他、ゆで卵、目玉焼きなどが一例です。



(写真出典：<https://www.kuali.com/recipe/nasi-lemak/>)

鶏肉、牛肉、羊肉、魚介類や野菜類が添えられることもあります。ちなみに、ナシレマとフライドチキンの組み合わせが、マレーシアでは最もポピュラーな組み合わせです。2019年1月31日には、Google Doodle（検索エンジン「Google」が、祝日や記念日などに合わせて、トップページのデザインを変更するもの）でもナシレマが取り上げられ、マレーシアの国民食として紹介されたほどです。

(b) バクテー

バクテーは、マレーシアでとても有名な中国料理です。中国からの移民がマレーシアに移り住んで来た際に、福建省より伝わりました。バクテーは、福建省南部の方言で「肉骨茶」という意味です。バクテーは、豚のあばら肉を漢方薬や香草の中で何時間も煮込んで作ります。ちなみに、バクテーは、ご飯、中国茶と一緒に供されることが多いのですが、これは、中国茶が豚から染み出た多くの脂肪分を分解してくれるからです。



(写真出典：<https://www.star2.com/food/2018/02/13/tracing-origins-bak-kut-teh/>)

いろいろな種類のバクテーがあるのですが、その中でも福建風バクテーが最も人気があります。福建風のバクテーには、明るい色のソースと黒っぽい色のソースを混ぜ合わせたものが使われるのですが、この組み合わせにより、より深い香りと濃い色味を持った煮汁になるのが特徴です。広東風の場合は薬草が使われるため、さらに強烈な香りとより濃い色味の煮汁となります。潮州風の場合は、色は明るめなのですが、胡椒とにんにくの香りが強い点に特徴があります。他には、スープがほとんど無く、真っ黒の肉汁だけになった汁無しバクテーという一風変わったものもあります。汁無しバクテーには、乾燥唐辛子や乾燥ナツメヤシなどが加えられ、ピリッとキレのある味が特徴です。

また、バクテーには、他にも豚の代わりに鳥肉や牛肉、野菜を使うタイプもあります。ちなみに、鳥肉を入れたバクテーは、チクテーと呼ばれます。

(c) ロティ・チャナイ

ロティ・チャナイは、マレーシア人が大好きなインド風の料理です。ロティ・チャナイは、ギーと呼ばれるインド原産の液状バター、小麦粉、そして水を混ぜ合わせて作ります。生地は、発酵させる前に何度もこねて平らにし、ギーを入れ、折り畳んでいきます。そして、生地の塊は、油を大量に敷いたフライパンで焼きます。そうすることで、外はカリカリ、中はふっくらと焼き上がるのです。

ロティ・チャナイは、味付けされていないプレーンバージョンの他にも、卵、玉ねぎ、バナナ、マーガリン、砂糖、練乳、いわし、チーズ、チョコレートパウダー、肉類、カレーなどでアレンジを加えたものもあります。

ちなみに、ロティ・ティッシュというスイーツバージョンもあるのですが、名前の通り生地はティッシュペーパーほどの薄さで、生地はロティ・チャナイよりもパリパリに焼か



(写真出典：<https://www.kuali.com/recipe/roti-canai/>)

れます。味付けは、練乳と砂糖で甘めに味付けされます。

マレーシアでは、ロティ・チャナイは「コルマ」と呼ばれるスパイスとココナツ・ミルクを混ぜ合わせたソースや、香味の強いカレー（ダルカレー、チキンカレー、フィッシュカレー、ビーフカレー、マトンカレー）と共に食べるのが一般的です。

著者紹介



Ms. Charmaine Ow
(シャーマイン・オウ)

GIP ASEANマレーシアのシニア・パテント・エンジニア。1990年マレーシア、クアラルンプール生まれ。アメリカのインディアナ大学で生物工学を専攻し、2013年卒業。2017年にマレーシアの弁理士試験合格し、特許・意匠・商標弁理士の資格を有する。2013年ピンタス・コンサルティング・グループに参加。2017年GIP ASEANのメンバーとなる。趣味は、読書、テレビ視聴、旅行、ズンバ。

編集者紹介



魯 佳瑛 (ノ・カヨシ)

日本弁理士、新樹グローバル・アイビー特許業務法人所属。1981年韓国ソウル生まれ。ソウルの成均館大学卒業。2006年よりソウルの特許事務所での知的財産分野のキャリアをスタート。結婚をきっかけに来日。2014年日本弁理士試験合格。専門は、商標・意匠。