分かると快感！

Z会ナビ

算数　理科　▶社会

お題　世界の米料理

（2020年　大学入試センター試験　地理Ａ追試験）

おうちで楽しく！
プログラミング通信講座、Z会にて開講中！

Z会　KOOV　検索

米の調理や食事の仕方は、地域によって多様である。次の①～④の文は、スペイン、ネパール、ラオス、韓国のいずれかの特徴的な米料理を説明したものである。文と国を正しく組み合わせなさい。

①米、野菜、魚介類などをオリーブオイルで炒め、スープを加えて炊き込む。

②炊いた米に、香辛料で味付けしたおかずや豆のスープ、溶かしたバターなどを添えて食べる。

③炊いた米の上に肉や野菜のあえ物、発酵調味料などを盛りつけ、混ぜ合わせる。

④蒸したもち米を竹かごに入れ、主食として魚や野菜などと一緒に食べる。

イラスト・瑞木匠

料理の特徴と地域性

米は、小麦、トウモロコシとともに世界三大穀物の一つです。米の生産は、暖かく雨の多い地域が向いており、日本を含む東アジア、東南アジア、南アジアを中心に行われています。

地域による料理の違いは、地理の試験でよく出される切り口です。なぜなら、地域の料理は、その地域の気候にあう食料やその保存方法による制約を受け、また、宗教や歴史などの文化の影響も反映するため、さまざまな知識をもっていないと解けないからです。

地域による料理の違いとして、よく取り上げられるのは中国料理でしょうか。日本では、四大料理とする分類がよく使われますね。

地域	料理の特徴
北方系（北京料理）	味が濃く、塩辛い
西方系（四川料理）	香辛料を使い、辛い
東方系（上海料理）	甘みが強い
南方系（広東料理）	薄味で素材を生かす

食料の調達や保存において、制約が強かったのは、寒くて乾燥した北京料理の地域です。こうした地域では、厳しい冬を越えるために食料を塩漬けにして保存していたため、伝統的に塩辛い料理が多くなります。日本でも、東北地方に塩辛い料理が多く、また、漬物の消費量が多い点などに、保存食としていた文化が見てとれます。

食材に目を向けると、コショウなどの香辛料は、多くが熱帯や暖かい地域で生産されるものの、調味料として幅広い地域で交易され、用いられてきました。四川料理というとトウガラシが特徴的ですが、実はトウガラシは南アメリカ原産であり、東アジアで使われ始めたのは数百年前のことです。

上海料理の甘みは、米を原料とした酒や調味料に由来します。現代でも、中国の中部・南部は米の生産がたいへんさかんです。

広東料理は、海産物のうまみを使った料理が特徴です。日本のだしにも似た考え方です。上海料理の地域もそうですが、暖かくて雨が多く海に面した地域は、食料の生産も交易もしやすく、食材が豊富な傾向があります。

米料理に見る地域の特徴

では、問題を解いてみましょう。①はオリーブが特徴的な食材ですね。オリーブは乾燥に強い植物で、乾燥しがちな地中海地方で栽培されています。これは、スペインのパエリアの説明です。地中海の米料理というと、イタリアのリゾットも有名ですね。ヨーロッパは小麦のイメージが強いですが、南部で米が生産されています。

②は、香辛料、バターから、インドの隣のネパールと判断できます。これはダルと呼ばれる豆のスープカレーの説明です。ネパールではヒンズー教が信じられており、神聖な牛を食べません。しかし、牛乳は広く利用されており、バターもさかんに食べられています。

③は、韓国のビビンバです。ビビンバは韓国語で混ぜご飯という意味です。野菜のあえ物はナムル、発酵調味料はコチュジャンですね。韓国は、日本の北海道などと並んで、米が生産される地域の北限にあたり、寒くて保存食が発達している国です。漬物として、現在はトウガラシを使ったキムチが有名ですが、トウガラシが伝わる前はニンニクやショウガをメインの香辛料にしていたようです。

④は残ったラオスです。ラオスは、ベトナムやタイに囲まれた東南アジアの国です。東南アジアというと、粘り気の少ないインディカ米のイメージが強いですが、ラオスではカオニャオと呼ばれるもち米が主食になっています。日本では、炊いたもち米をおこわとして食べますね。

日本国内の米料理でも、保存食から発展した独自の「すし」が各地域にありますし、炊き込みご飯や丼の具も多様です。また、せんべいやだんご、もち、きりたんぽのような加工食品もあります。チキンライスやタコライスは、欧米からの影響を受けて生まれた日本の米料理です。ぜひ、好きな米料理について、それが生まれた背景などを調べてみましょう。　（Ｚ会・河合新）

今回の教訓

各地の料理を調べるだけでも、地理の知識をたくさん身に付けることができます。ぜひ、食べて覚えていきましょう。

河合新さん　2010年Ｚ会入社。小学生向けの社会の教材編集を担当。趣味は地図や映画を見ること。1984年岐阜県高山市生まれ。