



中国の料理の種類

一口に中国料理といっても、いろいろな種類がありますが、それぞれの特徴をここにご紹介します！

北京料理 ~ 日本で有名な北京料理 ~

ベースは淡白な味の山東料理です。昔から北京のコックは山東省出身者が多く、彼らの技が北京人の舌を肥やしてきました。北京は元・明・清の都として栄え、王朝が変わるたびに持ち込まれた各地の名菜が多彩な北京料理を生み出しました。また清朝宮廷の台所・御膳房の名コックたちが完成させた宮廷料理や、「満漢全席」の伝統を受け継ぐ味は究極の北京料理を完成させています。麦や雑穀が主食であったことから小麦を原料とする餃子や包子、麺類が発達、また魚よりも肉料理が発達しています。宮廷料理の流れを汲んで、歯ざわりの良さ、やわらかさ、新鮮さと香りに重点を置いています。

調理法: 揚げる、数秒間炒める、油で煎り煮る、やわらかく煮る、ロースト、とろ火で煮る、あんかけとバラエティに富んでいます。

代表料理: 北京ダック[北京烤鸭 b ij ngk oy], [涮羊肉 shuànyáng ròu]、水餃子[水饺 shu ji o]、

1 満漢全席 (Mǎn-Hàn quánxí)

清朝の乾隆帝の時代から始まった、満州族の料理と、漢族の料理のうち、山東料理の中から選りすぐったメニューを取りそろえて宴席に出す宴会様式で、後に広東料理など、漢族の他の地方料理も加えるようになり、西太后の時代になると、さらに洗練されたものとなった。

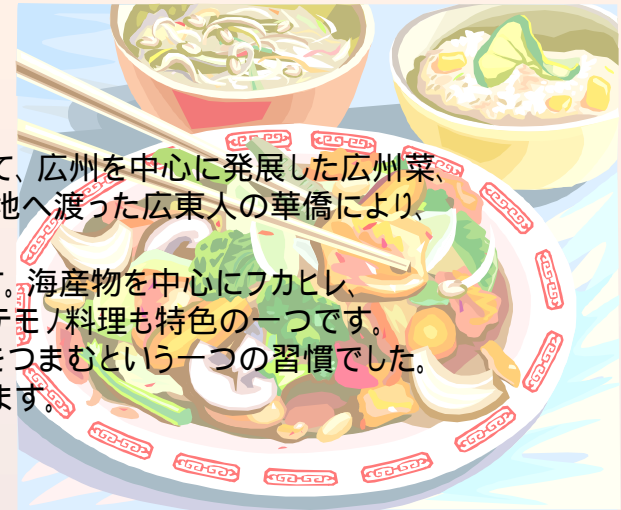
盛大な宴の例では、途中で出し物を見たりしながら、数日間かけて、100種類を越える料理を順に食べる場合もあったと言われる。

しかし、清朝が滅亡すると、このような贅を尽くすことはなくなり、宮廷内の料理人は四散して料理の伝統が途絶えたとされる。



広東料理 ~ 何でも食べる広東料理 ~

中国料理の中でも「食は広州にあり」と言われ、最も有名な料理として認識されていて、広州を中心に発展した広州菜、客家の料理である東江菜、潮州スワトウ地区で発展した潮州菜があります。世界各地へ渡った広東人の華僑により、世界中に広められ、外国にある中華料理店のほとんどが広東料理です。亜熱帯の新鮮な食材を生かし、淡白な味付けで日本人にも圧倒的な人気があります。海産物を中心にフカヒレ、ツバメの巣など材料はバラエティに富み、料理の種類もとても多く、蛇料理などのゲテモノ料理も特色の一つです。日本でも人気の飲茶は、元々広東の人々が商談などの時、お茶を飲みながら点心をつまむという一つの習慣でした。甘いものから肉や海鮮を使った蒸し物、炒め物まで小さい中にも無限の味が広がります。



調理法: 煮物、炒め物と並んで、炭や炉で焼く料理が多いのも特色。

代表料理: 子豚のあぶり焼き[拷乳猪]、酢豚[古老肉]、牛肉のオイスターソース炒め[牡蠣油牛肉]

上海料理 ~ 日本人の好きな上海料理 ~

蘇州、杭州、揚州など江南(こうなん)各地の料理を集大成したものが上海料理です。この地域は長江の下流で海に近く湖沼が多く、エビ、カニ、魚が豊富です。また、中国有数の米作地帯を控え、美味しい米と、紹興酒などの産地もあります。麺などの簡単な食事から発達した、コクがあって甘く、油けが多く、色が濃いうえ、ふっくらと煮込んだ柔らかさを持つ料理です。コトコトと煮込んだ家庭料理が多いですが、早くから国際都市として栄え、外国の調理法の影響を受け、洗練された味が完成しています。

調理法: 煮込む、多い汁で長く煮る、土鍋で煮るなどが中心。



代表料理: 上海蟹、えんどう豆と海老の炒め物[青豆蝦仁]、小籠包

四川料理

～辛い四川料理～

物産豊富な「天府の国」、四川盆地にはぐくまれ、冬場の四川省では霧が立ち込めて、太陽が顔を出すことはほとんどありません。こう言った、年中霧が立ち込める特殊な気候風土を背景として四川独特の麻辣の味が生まれました。麻は痺れるような山椒の味、辣は唐辛子の辛い味のことで、さらに油を大量に使った脂っこい味付けが特徴です。四川料理の魂を決めるのは何と言っても豆板醤！それから椒麻醬や魚醬など、各種の調味料が、奥深い複雑な辛さを生み出しています。シロキクラゲ、キノガサダケは珍味。またザーサイなどの漬物も美味しい。四川省は揚子江上流の、中国の穀倉地帯で材料には豚肉をはじめ牛肉、鶏、川魚や野菜を多く使う。また小吃菜(前菜一品料理)が多いのも特徴である。唐辛子をたっぷり入れるので料理の色は赤みがかかっています。

調理法:チリソース煮、辛し炒め、宮保という辛い炒め方、魚香という炒め方が多い

代表料理:麻婆豆腐、えびのチリソース[干焼蝦仁]、鰻の醤油煮込み



山東料理

～内容の豊富な山東料理～

明、清時代に宮廷料理の主流となった料理で、北京、天津、東北の各地の料理に対して大きな影響を与えました。清湯と呼ばれる澄んだスープや奶湯と呼ばれるクリームスープが有名です。肉や魚貝の臭みを取るために、香辛料をふんだんに使います。

調理法:煮炒め、遠火焼き、油炒め、揚げ物

代表料理:黄河鯉の甘酢炒め[糖酢黄河鯉魚]、燕の巣のコンソメ煮込み[清湯燕巢]、モツの香り炒め[九転大腸]

福建料理

福建料理は福州、泉州、アモイなどの地方料理を代表として発達してきました。辛さが控えめで淡泊な食べやすい料理です。福建は東南の沿海に位置しているため、ハモ、アゲマキ、イカ、イシモチ、ナマコなどの海鮮が豊富で、それらを原材料とした調理法に独自のものがあります。福建料理の特徴としては、薄口醤油よりも透明度の高い白醤油を使うこと、新鮮な海の幸をふんだんに使用すること、中華の多くが素材を油通しするのと違い、代わりに湯通しすることなどが上げられ、中国料理のなかでも淡泊な味で、日本人の舌に合っているとされています。同じ南方系の料理として、広東料理と少し似ていると言えますが、広東料理が洗練された味を誇るなら、福建料理は素朴な味わいを多く残しています。辛くなく、あっさりとし、香料もあまり効いていません。名物料理として「仏跳牆」や豊富に採れる茶葉を利用した料理などが有名です。

調理法: 油炒め、餡かけ、ソテー、煮込み

代表料理: 仏跳牆(山海の珍味フカヒレ、あわび、ナマコを始め、魚の浮き袋、鹿のアキレス腱、花茸、鳩の卵など十数種類の高級素材を原料とするスープ)、醉糟鶏、酸辣爛魚



このほかにも、潮州料理、浙江料理、湖南料理、安徽料理、客家料理、雲南料理、江蘇料理などがあります。中華料理って本当に奥が深いですね！