

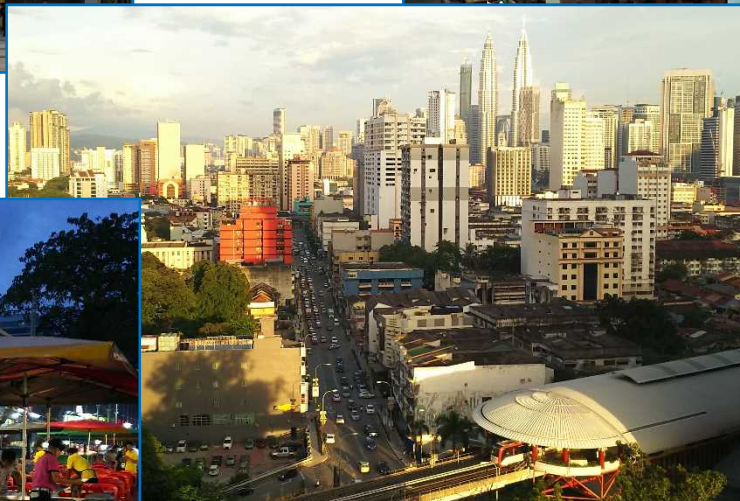
マレーシア2017 クアラルンプールの食事情



王宮の正面入り口



高級モールの
食堂街



クアラルンプール市内



アロー通りの屋台

2017.10.08 ~ 10.13
久本 泰秀



マレーシア基本情報



- **国旗**には国教であるイスラム教のシンボルの月と星、マレーシアの13州と連邦特別区の意味が込められている。
- 東南アジアのマレー半島南部とボルネオ島北部を領域とする**連邦立憲君主制国家**で、イギリス連邦加盟国。タイ、インドネシア、ブルネイと国境線を接し、シンガポール、フィリピンとは海を隔てて近接する。**ASEAN**の一員。
- **国土面積**は33万338平方キロメートル(日本の9割弱)。国土の約60%は熱帯雨林。
- **人口**は約3000万人(日本の16%)。マレー系(約67%)・中国系(25%)・インド系(7%)、そして多数の部族からなる先住民族で構成される多民族国家である。
- **公用語**はマレー語だが、多民族国家であり中国系住民社会では中国語、インド系住民社会ではタミール語が使用されている。各民族間で会話をする際は広く英語が使用されている。
- **国教**はイスラム教(61%)だが、信仰の自由を認めており、仏教(20%)、ヒンドゥー教(6%)、キリスト教(9%)、儒教・道教、シーク教を信仰する国民も多い。
- **首都**はクアラルンプール。**日系企業**は1,396社(製造業712社・非製造業684社)が進出しており、在留邦人は約24,000人である(2016年末現在)。
- 一人当たりのGDP成長率5.9%を維持するなど経済も好調だ。



『ワン・マレーシア』
ナシブ・トゥン・ラザック
首相が2010年に提唱。
多様化する民族間の
融合や国家の結束を
意味している。

ハラール(ハラール)とは？

イスラム教徒が食することができるもの。関連人口は20億人になる。

- マレーシアは東南アジアではインドネシアに次いで**イスラム教徒の人口**が多い国だ。
- イスラム法の下では**豚肉を食べることが禁じられている**が、肉だけではなく、豚肉由来のすべての食品・調味料、豚肉料理に用いられた調理器具も禁止の対象となる。
- 牛・羊・鶏等はイスラム教の作法に沿って屠殺されなければならない。
- **アルコール飲料も禁止**のため、アルコールが添加されている**醤油**や**味噌**も禁止となる。
- マレーシアでは一般的に食材はハラールであることが原則であり、レストランで提供される食事もハラールである。
- チャイナタウンや外国人観光客が多く集まるモールなどのレストランには**ノン・ハラール**もあり、「ノン・ハラール」と明記されていることが多い。逆に日本食のレストランなどには**ハラール認証マーク**を掲げてイスラム教徒の来店を呼びかけているところもある。



ハラール認証マーク



中華料理店のノンハラールマーク



ハラール認証マークのある日本食品

Seri Pacific Hotel 朝食のビュッフェ風景



広い朝食会場のレストランは
洋食・中華・マレーシア風・イン
ド風の食事が揃った**ビュッフェ
スタイル**。

ラーメンを自分で湯がいて作る
コーナー(左上)

中華風おかゆにはさまざまな
トッピングが用意されている
(左下)

インド料理のカレーには焼きた
てのチャパティや野菜入りのサ
モサが添えられている。



朝食会場にな いものは？



イスラム国のマレーシアでは、当然ハラルの食事になる。豚肉は全く用いられない。

ほとんどのものは鶏肉で代用されるが、ベーコンだけは作れないようだ。

その分、野菜はサラダ・温野菜と種類も豊富だ。

マレーシアの国民食 ナシレマとラクサ



ナシレマ(左)は、ご飯とフライドチキン(ローストチキンも有り)、玉子、野菜を甘辛く炒め煮にしたもの、カリカリの小魚やチップス、キュウリなどを盛り合わせた定食。

ラクサ(右上)は、野菜たっぷりのビーフン入りスープ。さまざまな香味野菜や香料が入り、いわゆる「酸っぱ辛い」味付け。

カフェでのランチなら、どちらもたっぷりのホワイトコーヒーがついて、14リンギット(約400円)

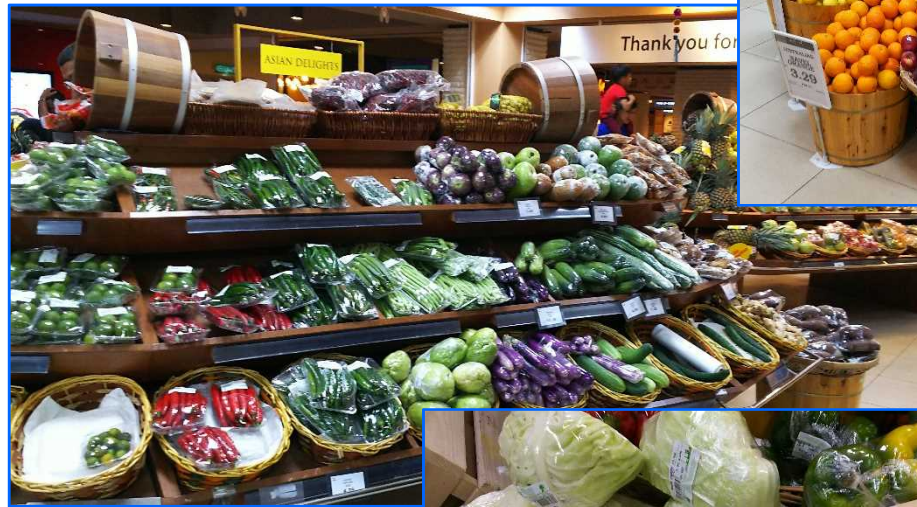


クアラルンプールのスーパーは 近代的だ

ホテル近くのモールの大きなスーパー

野菜は小分けパックもある。

アメリカ産リンゴは約87円
オーストラリア産オレンジ約98円
キプロス産グレープフルーツ約110円



魚売り場も広くて充実している。

スズキは約800円、ノルウェーから空輸されたサーモンはセール価格でも大きな切り身が2800円もする。パックされた焼き魚も売られていた。

スーパーにはハラールだけでなく、 ノンハラールのコーナーもある



左はハラールの食肉売り場

味付のチキンは1kg当り420～720円 牛肉は1kg当り2,000～3,600円

右はノンハラールの売り場

豚肉のハム類は全部が輸入品で、大体100g当り200円程度だ。ワインやビールなどアルコール類も充実

和食も充実

ホテルには鉄板焼きのレストラン

モールには回転寿司・ラーメン屋・うどん店
などがあり、回転寿司店にはハラール認証
マーク



モールにあった北海道バークドチーズタルトの店。
どのモールに行っても見かけた人気店か？

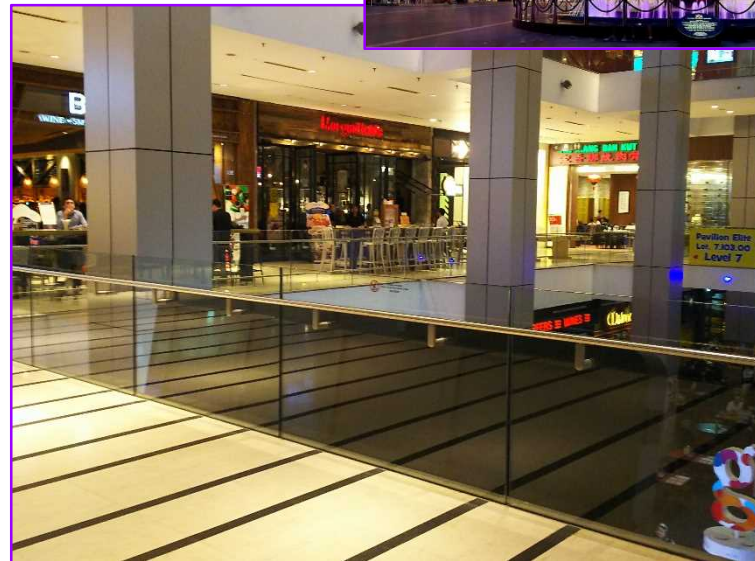


現地の人の朝ご飯



ホテルの駐車場には朝早くから屋台が出ている。運転手さんなどの朝ご飯用か。バナナの葉に包まれてお握り状になった国民食ナシレマ(右)とミーレマ(焼きそば)(左)どちらもコーヒーがついて、240円

パビリオン クアラルンプール最大の ショッピングモール



クアラルンプールの繁華街ブキッピンタンにある巨大なモール
高級ブランド店からお土産物屋、レストラン、映画館、スーパー、そしてレジデンスも併設されている。

パビリオンの 高級中華レストラン DIN TAI FUNG



“DIN TAI FUNG”は、小籠包が有名な中華料理店。勿論ノンハラ
ル。左上からスープたっぷり含んだ小籠包(620円)、青菜の炒め
物(680円)、排骨炒飯(700円)、蒸し餃子(400円)。
豚肉の美味しさを数日振りに堪能して、その有難みを実感した。
但し、ビールは非常に高く、350ccの缶ビールが約700円であっ
た。

The Row

洒落たフレンチビストロで 午後のお茶ならぬビール



Jalan DoriasamyのThe Rowは洒落たレストランや民芸品店が集まる。
“Two Ox”は高級フレンチビストロで、ランチも3,000円～4,500円。



中途半端な時間だったので、ビールとおすすめのスナックにした。
フォッカチオ(750円)につけるディップは上から茄子、黒オリーブのペースト、フムス(ひよこ豆のペースト)。ポップコーンチキン(450円)もカリカリで美味しかった。
生ビールは600円。

クアラルンプール最大の屋台村 アロー通り



アロー通りは数ブロックの通り全体が屋台村になっていてクアラルンプールの名物だ。
ドリアンをはじめとした果物の屋台、点心に特化した店、串焼きの店に並んでいるのは「カエル」と「イカ」だ。
座って食べられるレストランも何軒もあり、人気の店は満員で行列ができるほどだ。

アロー通り

W.A.W Restaurant (通称ミッキーの店)



ピンクの分厚いビニールファイルのメニューにはあらゆる中華料理が並んでいた。雨模様だったが、外の屋根付きテラス席はあっという間にいっぱいになった。

アロー通り

W.A.W Restaurant (通称ミッキーの店)



椅子も赤だが、食器も真っ赤なプラスチック。時計回りに青菜炒め(390円)、マレーシア風焼き鳥のサティ(鶏・牛・マトン各3本、甘めのピーナッツソースをつける、300円)、豚肉入り焼きそば(300円)、魚とネギと生姜の炒め物(600円)
ビールの小瓶は330円、ポットで出てくる中国茶は一人60円。

付録その1 ビールの値段



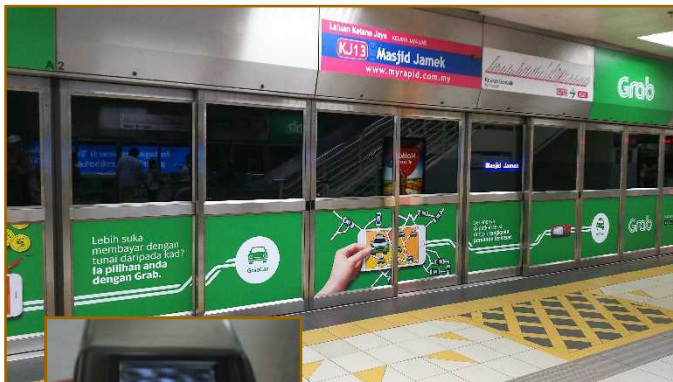
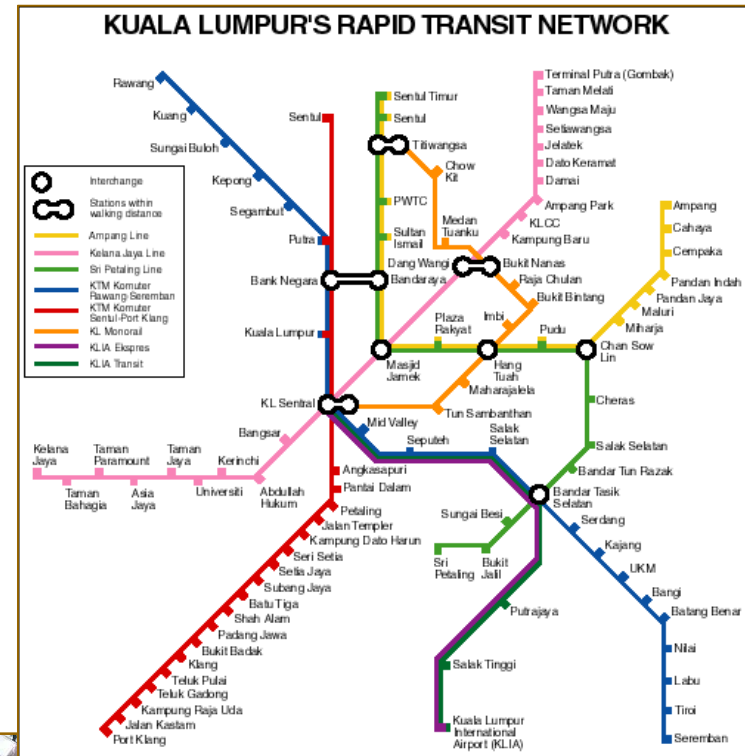
RESTORAN W.A.W. SDN BHD
黃亞華小食店

大 RM 22.00 小 RM 11.00	大 RM 22.00 小 RM 11.00	大 RM 22.60 小 RM 11.30	大 RM 22.60 小 RM 11.30
大 RM 24.00 小 RM 12.00	大 RM 20.60 小 RM 10.30	大 RM 22.60 小 RM 11.30	大 RM 22.60 小 RM 11.30



イスラム国である以上、アルコールが割高なのは理解できるが、店によってビールの値段に開きがあった。一番高かったのは高級中華で、小さな缶(350cc)が700円。次いでフレンチピストロのギネス黒が約400ccで600円。アロー通りの屋台は小瓶(約350cc)が330円であった。スーパーの値段を調べたら350cc缶が大体180円で、これなら日本と変わらない。

付録その2 クアラルンプールの 公共交通網



クアラルンプール市内の路線図



市内には高速鉄道(半ば高架式、一部地下鉄)がかなりの密度で運行されている。運賃は2~4リンギット(60~90円)程度で安い、数分間隔で運行されているので便利だ。主要駅はほぼバリアフリーで、ホームドアも設置されている。自動券売機で青いトークンを購入して改札口でかざす。下車駅ではトークンの回収口がある。

付録その3 チョコレートも名物？



マレーシアはカカオの生産よりは加工に優れた国である。インドネシアなどからカカオを輸入して、チョコレートやココアなど加工品を多数輸出している。
右上は観光で訪れる“Chocolate Kingdom”ありとあらゆる種類のチョコレートが売られている。

最近人気なのは“Tiramisu”(ティラミス)。“Durian”(ドリアン)味は、確かにあのドリアンの香りが漂ってくる。



クアラルンプールのシンボル
ペトロナス・ツインタワー・ビル



クアラルンプール郊外の
National Tennis Centreにて

ご清聴ありがとうございました