

# シンガポールの食文化の比較

高柳 真希

## 1. はじめに

私は7月31日～8月15日の14日間シンガポール研修に参加しました。シンガポールは多民族国家であり、食文化にもそれぞれの特色、文化が表れています。今回の研修で体験したマレー系、中華系、その他の3つの食文化について比較をし、それぞれの違いをまとめました。

## 2. ～中華系について～

### <背景>

中国からの移民の文化や考え方などが現地のマレー、インド、プラナカン文化と融合し独自の食文化を形成しました。

### <食べたものと特徴>

点心（写真左）とピリ辛ワンタン（写真右）を食べました。特徴は次のとおりです。

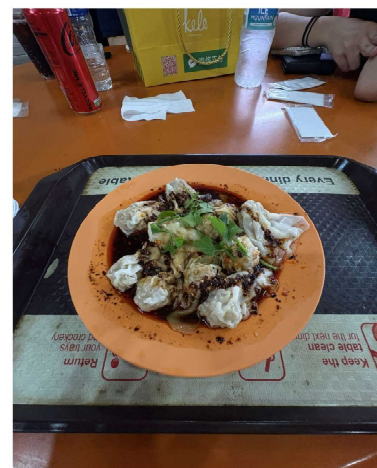
- ・小さいサイズで食べやすい（点心）

一口から二口ですると食べられて、色々な種類をたくさん楽しめます。生姜が入っている醤油につけて食べると、より味が濃くなっておいしく感じます。

- ・小さいけど食べ方にコツがあった！（点心）

そのままかじりつくと汁がこぼれて火傷の可能性があるので、少し冷ましてから一口で食べるとジューシーさが増しておいしさUp➡

・チリや唐辛子の粉のようなものが入っていて辛かったですが点心と似ていて肉がジューシーで皮のようなところはもちもちしてて風味も感触も美味しかったです。（ピリ辛ワンタン）



## 3. ～マレー系について～

### <背景>

先住民族マレー人の伝統料理がもとになっています。宗教の影響もあり食べ物も変わります。風味が豊かなスパイスや唐辛子が多用され味付けに大きく影響しています。

### <食べたものと特徴>

サテーを食べました。特徴は次のとおりです。



- 屋台やホーカーで人気  
シンガポールやマレーシアでの屋台では必ずと言っていいほどの定番で手軽に食べられます。
- 香辛料  
肉にはターメリックなどのスパイスで味付けをしてから焼くので香りが強く、特徴的な風味になります。また、ピーナッツソースにつけて食べるのはまた風味が違って良いと思います。
- 食べ方  
周りにあるきゅうりや玉ねぎ、チャンプルと一緒に食べ、ソースの風味とは別の方法で楽しめます。

## 4. ～その他について～

・シンガポールの独立記念日に、バディの親戚の家に招待してもらいました。そのときに食べたガーリックパン（写真左）とお肉（写真右）です。その日は特別な日だったためパーティー感があり、盛り上がっていました。ガーリックパンは食べる前から香りが良く、サクツとしてとても美味しかったです。フランスパンを数枚に切って焼かれていたので少し大きくて食べるのが大変だったのも印象的です。お肉は親戚のお父さんが焼いてくれて、焼き立てのほかほかのジュージーでとても美味しかったです。



・別な日には、バディの家で夜ご飯に「鶏肉と野菜の炒め物」がでました。野菜と肉のバランスが良く、とてもご飯と合う味付けで美味しかったです。基本的にバディのご両親は共働きなのでヘルパーさんがきて料理を毎食作ってくれました。写真の上の方にあるお皿から自分で食べたい量や食べたいものを取るスタイルでした。私としては盛られた量を食べるより自分に合わせた量を食べるこのバディの家のスタイルが合うと感じました。

## 5. ～感想とまとめ～

### ・感想

中華系は日本でも日常的に食べる似たようなものもありましたが、日本で食べるのとはまた違う初めて食べる風味や香りなどが現地ならではの特徴を感じられました。

マレー系は異国らしい新鮮さや香辛料などの大きく違う部分を強く感じられました。

その他では各家庭などで初めて食べるものばかりで驚きと美味しい食べ物を体験できました。

### ・まとめ

食文化の多様性を通じて、異なる価値観を理解し互いに尊重することの大切さを学びました。

更に、食文化だけでなく他にもある様々な多様性も大切にしたいと思います。今後も国際的な文化や歴史に興味をもち、視野を広げていきたいです。