

ネパールの香辛料に関する研究

福 田 一 郎

(Received January 10, 1984)

ネパールにおける香辛料は、次のような点で特徴があると考えられる。

その一は、比較的数少ない主食に対して、調味料として多様な味つけの役割を果たし、豊富な食事内容を提供している。

その二は、ネパールの香辛料の給源は南のタライ平原のインド寄り、北のヒマラヤ高原のチベットの近くまで広範囲にわたり、種類に富み、さまざまなものが用いられている。

その三は、ネパールの香辛料はネパール人の部族の分化にともなう食生活の相異に応じて少しずつ異なった種類および利用の方法がみられる。

本論文は、「ネパール・インドにおける稲・雑穀・香辛料の栽培と利用に関する研究」と題して、昭和 58 年度文部省科学研究費補助金による海外学術調査を実施し得られた成果の一部を報告するものである。

本学術調査隊は隊長福田一郎（東京女子大学文理学部教授）、隊員山本英治（東京女子大学短期大学部教授）、小西猛朗（岡山大学農業生物研究所助教授）、木俣美樹男（東京学芸大学教育学部助教授）、里和 宏（国立東京第二病院厚生技官）よりなり、香辛料の部門は主として福田が担当した。

調査対象のネパールのむらは、主としてチェトリー族が住む農村ウォツウ WOCHU、ネワール族が住むテツウ TECHU（ともに Lalitpur District, Imadol にあり、カトマンドウ盆地に位置する）、ネパール東部のマハバラート山系の主としてタマン族が住んでいる山村ヒレー HILLE (Sunsari District, Dankuta にある) およびヒマラヤ山系のシェルパ族がいる山村ナムチェ NAMCHE (エベレスト山の南, Solukhumbu District) で、蒐集した香辛料のなかには、カトマンドウ KATHMANDU のバザール、ダラン DHARAN のバザール、ナムチェ NAMCHE のバザールで得られた資料も含まれる。

調査は、1983 年 9 月 2 日出国、11 月 1 日帰国までの 2 ヶ月の期間の間に、実際に現地を訪れ、植物標本を採集し、栽培・利用の実態を観察、ききとり法によって資料を得た。

ネパールの香辛料の種類と栽培・利用の概況

ネパールを中心カトマンドウのバザールに一步足をふみ入れてみると、一種独特のにおい（芳香）がただよっているのに気がつく。これは香辛料から発する香で、バザールの店のなかで箱に入れられている場合もある（図 1）が、路傍で近くの農村からもって来て籠に入れられたまま（図 2）、あるいは路傍に山盛りにして売られている風景がみられる。農家では香辛料の多くは籠に入れられたり、竹筒に保存されたり、台所の天井にぶら下げられているのを見かけた。



図1. カトマンドゥのバザールにある香辛料の店。香辛料の多くは秤ではかって売られる。



図2. ネパールの代表的な香辛料トウガラシ。近郊の農村から籠に入れて運んできてバザールの路傍で売り出す。



図3. ウォッツウの農家の庭先にひろげられたトウガラシ。

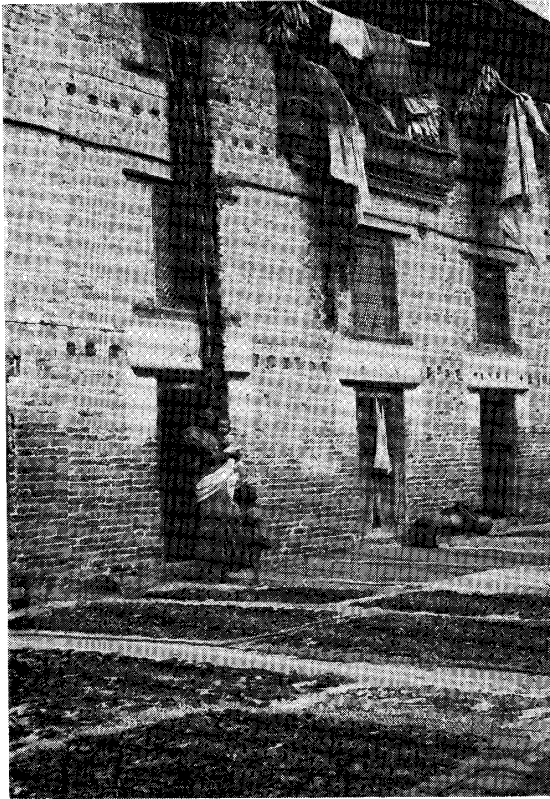


図4. カトマンドウ郊外のネワール族の農家にみられるトウガラシの陽乾し風景。

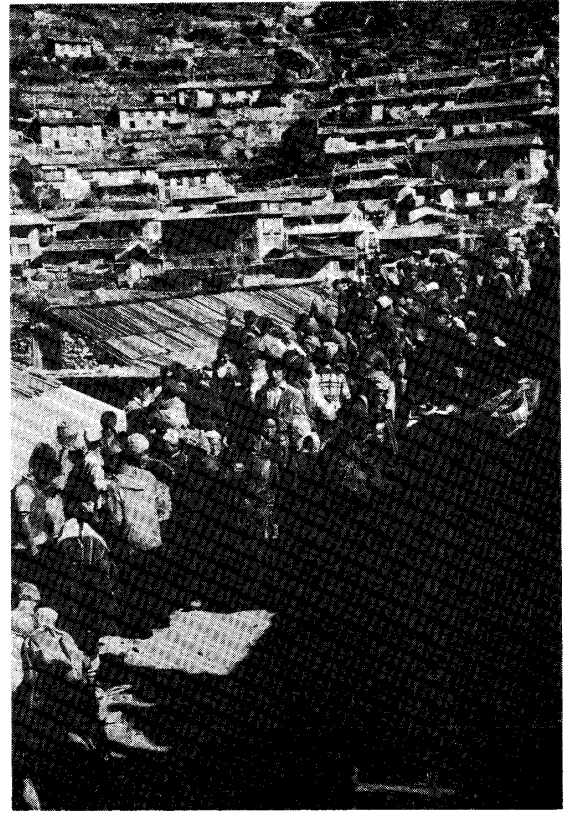


図5. シェルバ族のむらナムチェのバザール風景。

そのネパールの香辛料の代表的なものにトウガラシがある。私たち調査隊がネパールを訪れた10月は、このトウガラシの収穫期で、農家の庭先にこの収穫物がひろげられ(図3)、あるいは軒下にぶら下げられ(図4)、一幅の風物詩となっていた。

高度3,441 mのナムチェのむらでは、一週に一回土曜日だけバザールがひらかれていた(図5)が、そこにはチベットからもってきたジンブー ZIMBU という香辛料が売られていた。これは高山の石塊がごろごろしたところに生える野草で、シェルバ族はこれを軽くノリのようにやいて、おじやにふりかけ食べている。

次にこれらの特徴あるネパールの香辛料を種類別にあげ、その栽培・利用の状況を記してみよう。

1. メティ METHI

(和名) コロハ

(英名) Fenugreek

(学名) *Trigonella foenum-graceum* L.

(原産) 西アジア地方

マメ科に属する三枚の小葉からなる一年生植物である。エンドウマメのような小さな花をつけ、小粒の方形の黄色の種子ができる(図6)。

ネパールでは、南のタライ平原から北のヒマラヤの山岳地方の高所にも栽培されている。



図6. ネパールの香辛料 METHI.

その種子は一種独特の香があり、苦味を有し、軽く焙ってから粉にひかれ、カレー料理の材料として用いられる。発芽して二枚葉を出した段階で、新鮮な野菜としてタルカリに用いられることもある。

この植物はカレー料理の普及にともなって広く栽培されてきたもので、とくにタライ平原の水田の畦道などに植えてあるのがみられた。

(含有成分の主なもの)

Mecilage, trigonelline, choline, lecithin, phytosterols.

2. ベシアール BESHAR

(和名) ウコン

(英名) Turmeric

(学名) *Curcuma domestica* VALET.

(原産) 東南アジア

ショウガ科に属し大きな葉に淡黄色の花をつける多年生植物である。その根茎はショウガのような形状で、切断するとオレンジ色をしている。この根茎を煮て陽に干し、半分にひいて用いる(図7)。これはカレー粉の黄色の主成分で、カレー料理を日常用いているネパールでは重要な香辛料の一つである。

バザールでは丸のまま干した根茎が売られている場合もあるが、多くは黄色の粉にして秤売りされている。カレー料理だけでなく、黄色の染料として祭の飾りや菓子類にも用いられている。

ネパールでは南のタライ平原で栽培されている。ネパールのバザールが特有のにおいをもつのはこの香辛料に由来するもので、現地の人はこの香が魅力あるものと感じるようである。

(含有成分の主なもの)

Volatile oil, terpene, curcumen, albumen (黄色色素は curcumin と diferuloyl methane による)。



図7. ネパールの香辛料 BESHAR.

3. ジーラ JEERA (ZEERA)

(和名) ウマゼリ

(英名) Cumin

(学名) *Cuminum cyminum* L.

(原産) アジア熱帯地方

セリ科に属する一年生植物で、白色の花をつける散形花序からなり、茎は弱く地上にはうように生育している。その種子(図8)には芳香の強い独特の風味があり、刺激性を有する。

この植物はアジアの熱帯地方が原産で、インドからネパールへ入ったと考えられるが、インド国境のタライ平原だけでなく温帯地方でも広く栽培されている。

カレー料理に多く用いられるが、その種子から油が精製され、薬用、工業用にも用いられている。

(含有成分の主なもの)

Cumaldehyde, terpens, cuminic alcohol, pinenes, pentosan, fatty oil.



図8. ネパールの香辛料 JEERA.

4. ダーニャ DHANIYA

(和名) コエンドロ

(英名) Coriander

(学名) *Coriandrum sativum* L.

(原産) 中東地方

セリ科に属する一年生植物で、白、ピンク、藤色の花をつける。基部は広葉であるが、上部は細く深く分岐している。

耐寒性あり、ネパールではタライ平原だけでなく山岳地方にもひろく栽培されている。

ダーニャの種子は球形で、熟すると容易にわれる。種子は粒のままあるいは粉にして売られている (図9)。カレー料理の数ある香辛料のなかで基本的な風味をつける重要な役割を有している。その生の葉は生のままでサラダとして、あるいはタルカリーに使われる。

(含有成分の主なもの)

Coriandol, α -pinene, β -pinene, terpinene, geraniol, decylaldehyde, volatile oil.



図9. ネパールの香辛料 DHANIYA.

5. ジワノ JWANO

(英名) Lovage

(学名) *Levisticum officinale* KOCH

(原産) 南ヨーロッパ

セリ科に属し、夏緑黄色の散形花序の花をつけ、草丈 2m にも達する多年生植物である。やや湿気が多い陽地を好み、ネパールでは中央部の丘陵地帯からタライ平原にわたって栽培されている。

生またはゆでて野菜としても用いるが、その種子 (図 10) は METHI と一緒にカレー料理に用いたり、あるいはスープの調味料として使われている。とくにカトマンドウ盆地からマハバラット山系にいたる地方では、この香辛料を用いたスープが母親の授乳に効果があるといわれて乳飲児のいる家庭で多く用いられている。

(含有成分の主なもの)

Butyl phthalidine, coumarin, resin, tannin, gum, vitamin C.

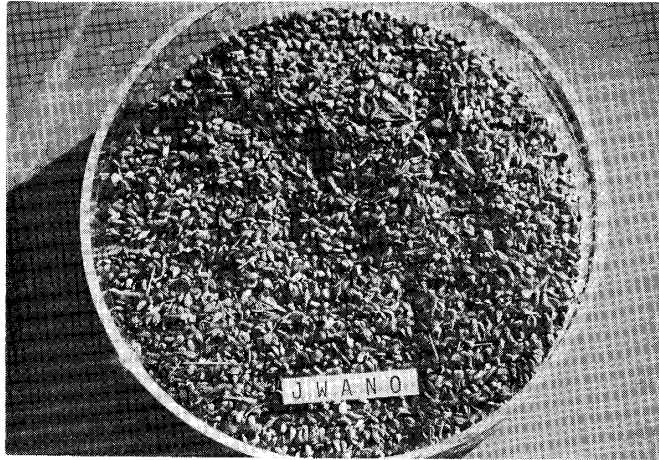


図 10. ネパールの香辛料 JWANO.

6. テジパット TEJPAT

(和名) カシア桂葉

(英名) Indian Cassia Leaf

(学名) *Cinnamomum tamala* NEES et EBERM

(原産) インド南部

クスノキ科に属する常緑樹の葉である (図 11)。人間が注目した香辛料のなかで最も古い記録をもつ Chinese Cinnamon (学名 *Cinnamomum cassia* BLUME) は、紀元前 2500 年といわれ、エジプトでは紀元前 1600 年の記録を経て、ヨーロッパへ伝播している。いわゆる Cinnamon はスリランカ原産の *Cinnamomum zeylanicum* NEES を指すが、ネパールに見出される本種は Chinese Cinnamon に近い。他の多くの国の人びとがその樹の樹皮をむいて陽に干して管状にしたキルス Quills を用いるのに、ネパールではもっぱら樹葉を使用している点が注目される。このような使用法はインドから伝来したものと考えられ、スープのなかに入れられたり、肉類、マメ類、野菜と一緒に煮こまれ、味つけに供される。

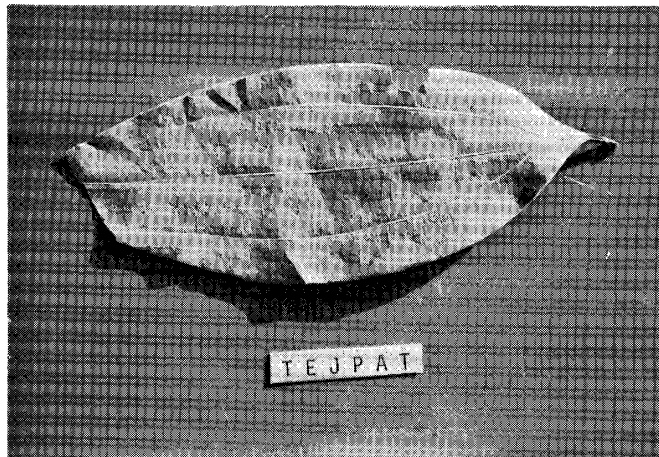


図 11. ネパールの香辛料 TEJPAT.

(含有成分の主なもの)

Volatile oil, resin, tannin, lignin, bassorin, cinnamaldehyde.

7. ラスーン LAHSUN

(和名) ニンニク

(英名) Garlic

(学名) *Allium sativum* L.

(原産) アジア各地

ユリ科に属する多年生植物で、球根を利用する(図 12)。水はけがよい肥沃なところに育つ。ネパール各地でつくられ、安くて手頃な香辛料として、カレー料理や漬物に使われる。農家の台所に、その球根を干してぶら下げているのがよく見られる。

(含有成分の主なもの)

Allyl disulphide, allyl propyl disulphide, allicin, allicetoin I, allicetoin II, vitamins A, B₁, B₂, C.

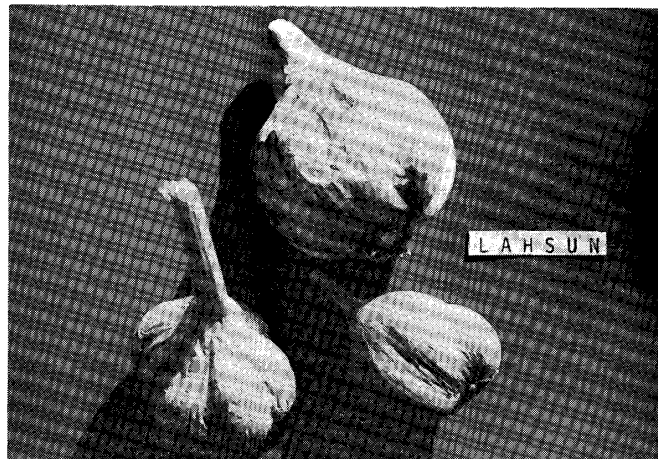


図 12. ネパールの香辛料 LAHSUN.

8. アデゥワ ADUWA

(和名) ショウガ

(英名) Ginger

(学名) *Zingiber officinale* ROSCOE

(原産) 東南アジア

ショウガ科に属する多年生植物で、黄色あるいは紫色の唇形花卉をつけ、多湿やや日陰のところでよく育つ。

カレー料理には生のものも用いる(図 13)が、より多く乾燥したものが使われている。この乾燥したものを、「ストウ SUTHO」と呼んで肉類の料理に用いている地方もある。タライ平原から温暖な丘陵地帯に栽培されている。

(含有成分の主なもの)

Camphene, phellandrene, zingiberine, resin, gingerol, shogaol.

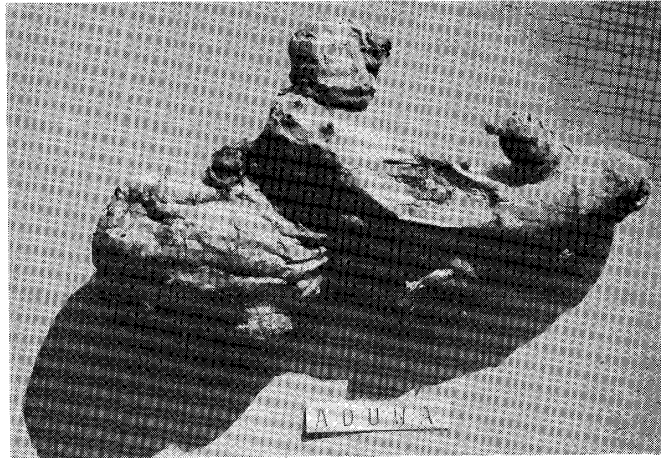


図 13. ネパールの香辛料 ADUWA.

9. ティル TILL

(和名) ゴマ

(英名) Sesame

(学名) *Sesamum indicum* L.

(原産) 西アフリカ熱帯地方

ゴマ科に属するもので、白色または紫色の唇形花をつける一年生植物である。種子には、赤、茶、黒、乳白色のものがある（図 14 は茶色でカイロ・ティル KAIRO TILL と呼ばれている）。

ネパールでは、この TILL はとくにタライ平原で多く栽培されている。その種子には多量の油分(55%)を含み、無味無臭で腐臭を出さないので、さまざまな料理に用いられている。ネパールでは、この種子をほんのり軽くやき、粉にして、チベット料理の Chutney achar に用いる。

(含有成分の主なもの)

Sesamol, sesamin, choline, leocithin, nicotinic acid, calcium, palmitic, stearic, myristic, oleic, linoleic glycerides.



図 14. ネパールの香辛料 TILL.

10. ネパリー・スンプ NEPALI SUNP

(和名) イノンド

(英名) Dill

(学名) *Anethum graveolens* L.

(原産) 西アジア

セリ科に属する，黄色の散形花序をもつ，羽状の葉からなる一年生植物である。陽地を好み，どのような土壌でもよく育つ。耐寒性がある。タライ平原やネパール中央部の限られた地方に植えられている。若葉を用いたり，乾燥した種子 (図 15) を漬物に用いたり，油分をとるのに使う。

原産地は西アジアでヨーロッパでも長年にわたって香辛料として使われてきて，ギリシャ，ローマの人たちも用いていた記録がある。Carvone という芳香油を含み，乳酸発酵によって酸味がつくので，ウリ類の漬物をつけるのに用いられる。

(含有成分の主なもの)

d-carvone, *d*-limonene, phellandrine を含む Dill oil よりなる。



図 15. ネパールの香辛料 NEPALI SUNP.

11. チムール TIMMUR

(シエルパ語エルマン ERMANG)

(和名) サンショウ

(英名) Chinese Pepper

(学名) *Zanthoxylum armatum* DC.

ミカン科で羽毛のような小さな葉をつける灌木。赤い漿果をつけ，これを乾燥させて用いる (図 16)。風味はぴりっと辛く，香気が強い。中国の五香 (ウーシャン) の材料の一つで，ヒマラヤ山系の高所の冷涼なところに行ける。もっぱらシエルパ族によってチベット料理に属する「アチア achar」に用いられている。

(含有成分の主なもの)

Resins, alkaloid-like substances, a phenol, xanthoxylin.

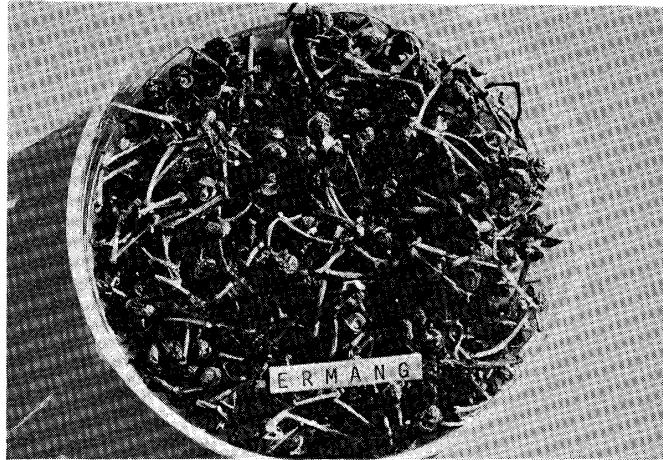


図 16. ネパールの香辛料 TIMMUR (ERMANG).

12. ジンブー ZIMBU

(英名) Nepal Aromatic Leaf Garlic

(学名) *Allium hysistum* STEARN

(原産) ヒマラヤ, チベット

ユリ科に属する多年生草本。欧米には全く紹介されていない香辛料である。ネパールのヒマラヤ山系からチベット高原にわたって山岳地方に野生に生育しているものを採集して使用する。その葉をつまみ、乾燥させ (図 17), 野菜中心のタルカリやマメ類のスープ, コメのおじやに入れて用いる。芳香とおだやかな甘味が感じられる。



図 17. ネパールの香辛料 ZIMBU.

13. コマ KOMA

セリ科に属する多年生植物で、今回の調査で発見された未発表の香辛料である (図18)。

ネパールのヒマラヤ山系の 3,000 m 以上の高地に自生し、シェルバ族の人たちが、その種子を粉にして、むしたジャガイモにふりかけたり、コムギでつくるパンケーキに入れて食べる。その利用の方法はかなり以前から用いられてきたようである。

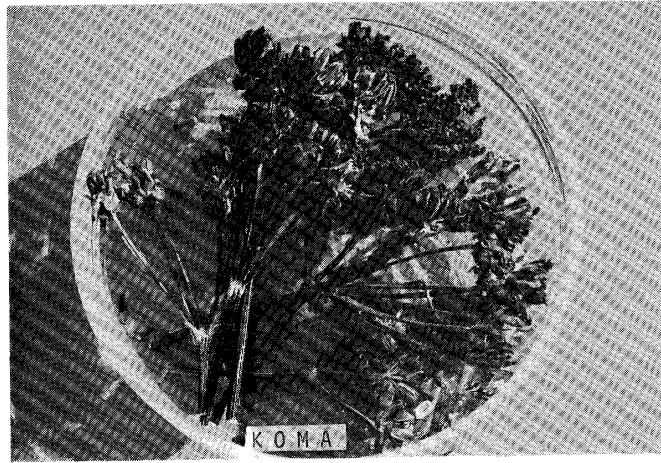


図 18. ネパールの香辛料 KOMA.

14. クルサニィ KHURSANI

(和名) トウガラシ

(英名) Chilli Pepper

(学名) *Capsicum frutescens*
L.

(原産) 南アメリカ

ナス科に属する，刺激性の辛味に富む種子をつける一年生あるいは多年生の植物。

ネパールではタライ平原，カトマンドゥ盆地を中心にさまざまな品種のクルサニィが植えられている（図 19）。その代表的なものが，次のような 4 種類のもので，図 20 に上から順に示されている。



図 19. カトマンドウ近郊の農家に植えてあった KHURSANI (9月末写す)。

a. DHOKRE KHURSANI

(英名) Long Pepper

(学名) *Capsicum frutescens* L. var. *longum* BAILEY

たれ下った赤い実をつける。その果実は長く，なかには 10 cm から 15 cm に達するものもある。辛味は中程度で栽培しやすく，カトマンドウ盆地では最も普通で，多量に生産され，用いられている。カトマンドウ盆地の農家は殆んど自家用に栽培しているが，なかには販売目的で生産し，出荷している。

b. JYANMARA KHURSANI

(英名) Cherry Pepper

(学名) *Capsicum frutescens*L. var. *cerasiforme*

BAILEY

赤い球状の実をつけるトウガラシで、辛味は DHOKRE KHURSANI の数倍はある。緑の新鮮なものも辛味があるので、比較的早い時期に収穫され、タルカリ料理に用いられている。タライ平原より高所のダラン DHARAN あたりに、この種が多くみられた。その地方ではこの種類を AKKABARE KHURSANI と呼んでいる。

c. CHUCHCHE KHURSANI

(英名) Cone Pepper

(学名) *Capsicum frutescens*L. var. *conoides*

BAILEY

赤い円錐状の実をつけるトウガラシで、直立して実がなるものもある。辛味は DHOKRE と JYANMARA の中間である。ダラン地方では RAGE KHURSANI と呼ばれ、かなり多く栽培されていて、多年生のものもみられた。

d. JIRE KHURSANI

(英名) Bird's eye chilli

(学名) *Capsicum microcarpum* DC.

赤い小さな長円形の実をつけ、赤いトリの目のようだという形容から、Bird's eye chilli と呼ばれている。辛味は最も強く、少量で十分その役割を果たしている。栽培はやや冷涼なところを好み、収穫期は最も遅い。一般に山岳地方に住む部族に好まれている。

ネパール各地を歩いてみると、このトウガラシはいつの時期でも、どこにでも見られ、人びとの生活とはきってもきれない関係にあることがわかる。高度 3,441 m のナムチェのバザールでも、ダラン地方からもってきた AKKABARE や RAGE KHURSANI が多量にこの高所に住むシェルパ族の人びとに売られているのを目撃した。

このように広くネパール各地に普及したトウガラシの原産地が南アメリカであるという説にはおどろかされる。そうすると、コロンブスの新大陸発見後先ずヨーロッパに伝わり、

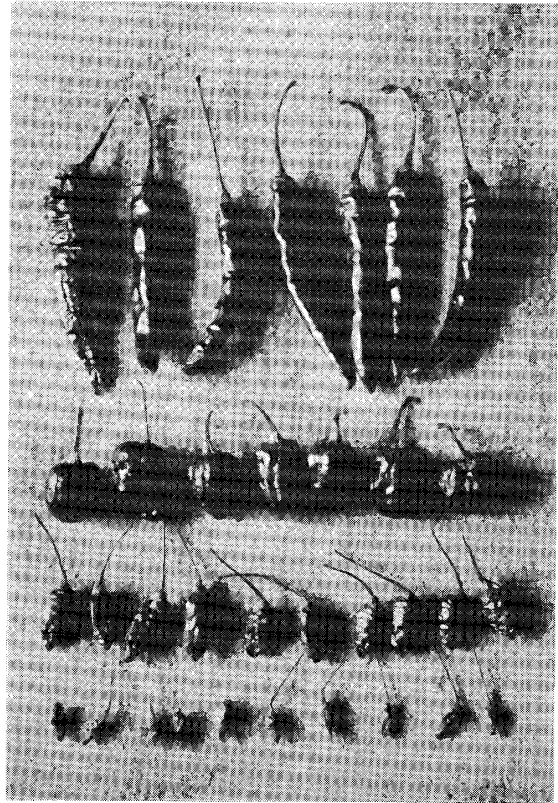


図 20. ネパールの香辛料 KHURSANI. (上から下へ)
DHOKRE KHURSANI
JYANMARA KHURSANI
CHUCHCHE KHURSANI
JIRE KHURSANI

さらにインドを經由してネパールのヒマラヤの奥地まで、わずか 300 年ぐらいの間に、こんなにも広く伝播し、食生活の変革をもたらしたのであろうか。今後、この植物の起源と伝播について調査をしてみたい。

(トウガラシの含有成分の主なもの)

Capsicin, capsaicin, alkaloids, palmitic acids, vitamin C.

以上ネパールで使われている香辛料を、その植物の属する料 family 毎にみると、

| | | |
|-------|---------------|-------|
| マメ科 | Leguminosae | * |
| ショウガ科 | Zingiberaceae | ** |
| セリ科 | Umbelliferae | ***** |
| ゴマ科 | Pedaliaceae | * |
| ナス科 | Solanaceae | * |
| ミカン科 | Rutaceae | * |
| クスノキ科 | Lauraceae | * |

(*は所属する香辛料の数を示す)

となって、セリ科に属するものが圧倒的に多い。これらは何れも地味な小さな花をつけるが、微量ながら刺激性の芳香油を含み、調味料として昔から現地の人たちが注目してきたものである。ネパールは山国ではあるが、これらの植物の栽培に恵まれているといえる。また、以上の香辛料は何れもネパール国内で自給されている実態は考えさせられる。主食となる穀類、イモ類を、これらの香辛料と用いて多様な食事内容にしている背景には、このような事実があることを見逃すことはできない。

部族別にみた香辛料利用の実態

ネパール人は多くの部族 Tribe によって構成されていて、それぞれ特有の地方に居住しており、また、カトマンドウなどの都会に住む以外、普通の農家では婚姻関係はそれぞれの人々が属する部族内で行われている。食生活の内容も部族によって異っており、母から娘へ、その料理の方法・慣習が伝承されている。ここでは、香辛料という、いわばその役割の上からは共通の要素と考えられるものを通じて、これらの部族の食生活がどのように異っているかを探ってみよう。

a. チェトリー CHHETRI 族

カトマンドウ郊外のウォッツウの農家の台所は非常に簡素であるが、いつもよく清掃されてきれいである。食事は一日二回、その殆んどがバートと呼ばれるコメの御飯に、タルカリという野菜中心のカレー料理である。この農家で日常用いている香辛料を調査したところ、

METHI

BESHAR

JEERA

JWANO

TEJPAT

LAHSUN

ADUWA

KHURSANI

RAYO (Mustard Oil)

であった。粉の香辛料は布袋に、種子の香辛料は竹筒に入れて保管している。LAHSUN, ADUWA, KHURSANI はそのまま台所に置かれていた。KHURSANI の収穫後間もないものは庭先にひろげられていた。

b. ネワール NEWAR 族

カトマンドウ郊外のテツウの農家は、ジョイント・ファミリー様式で生活し、屋根うらを入れた4階建の家の3階に台所がある。ここも一日二食、バートとタルカリ中心の食事内容であるが、日常使われている香辛料は

METHI

BESHAR

JEERA

DHANIYA

JWANO

LAHSUN

ADUWA

KHURSANI

NEPALI SUNP

TEJPAT

であった。チエトリー族とは DHANIYA, NEPALI SUNP が RAYO におきかわって加えられている。これはこの村が稲の生産量多く、KHURSANI など出荷して経済的に恵まれ、それだけカレー料理に肉類が入る回数がふえているからとおもわれる。

ここで見出された香辛料をつぶして料理に入れれるのに用いる石うす（ネパールではシロート SILOUTO と呼ばれる）が台所にあった（図 21, 図 22）。その石うすは2種類、

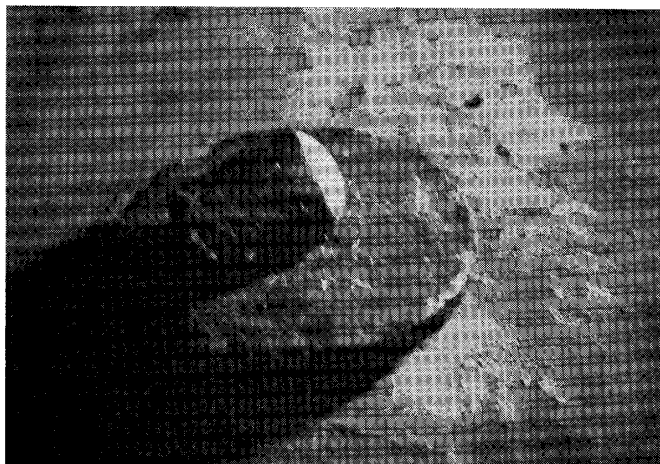


図 21. 香辛料をつぶす石うす (小).

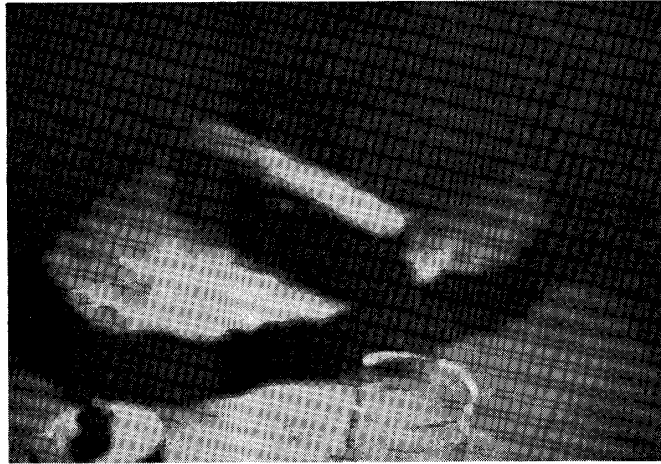


図 22. 香辛料をつぶす石うす (大).

大きいのと小さいのがある。この家の主婦 (60 才位) の話によると、はじめ小さな石うすだけであったが、15 年前に大きな石うすを求め、重宝しているという。また、この主婦の話では、タルカリ料理は朝と夕の二食をつくるが、その朝と夕で野菜の種類をかえ、香辛料を手かげんして異ったものをつくるようにしているという。

c. タマン TAMANG 族

インド国境に近いビラトナガルから、ダランを経て、マハバラート山系の高度 2,000 m のダンクッタ地方のヒレー HILLE で、タマン族の農家を訪ねた。この地方ではイネにシコクビエ、トウモロコシが加わってきている。

しかし、一日二回の食事の中心はカレー料理で日常使われている香辛料は、

METHI

BESHAR

JEERA

DHANIYA



図 23. ヒレの路傍で売られている香辛料.

JWANO
LAHSUN
ADUWA
KHURSANI

で、KHURSANI は AKKABARE, RAGE, LAMCHE (Long Pepper) の 3 種類で、とくに AKKABARE の消費が多い。また、ADUWA や LAHSUN の消費もふえてきている (図 23)。このむらの旅籠屋で、こうした香辛料をつぶす大仕掛な石うすを見つけた (図 24)。人が立って作業できる大きさで、木の台がつけられている。興味深いことには、石うすに凹みがあるけられ、丸い石塊の杵 (キネ) でこすりあわせることである。これは小さな種子をつぶすことからやや大型

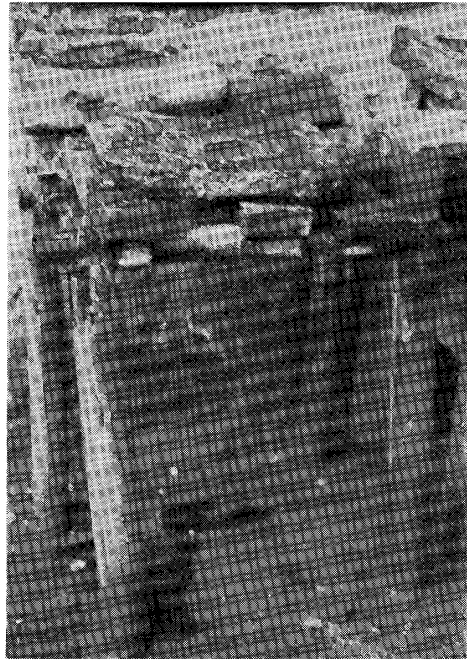


図 24. ヒレでみた香辛料をつぶす石うす。

の実や根茎をつぶすのに便利なように変ってきたのではないかと考えられる。この地方にはトンボー TOMBO と呼ばれるシャクナゲの樹でつくった酒入れの容器があり、独特の地方文化をもっていることがうかがえる。

d. シェルパ SHERPA 族

プロペラ飛行機で、高度 2,840 m のネパール東部のルクラへ向う。そこから歩いて、高度 3,441 m のナムチェの村を訪ねた。ここはシェルパ族だけのむらで、この農家の台所は食器やそれを置く棚の状況など、かつての古い時代の日本の農家に近い感じである。食事内容はタルカリからチベット料理を主体とし、ジャガイモの主食に変わってきている。この高所では畑にはジャガイモが多く植えられており、コムギやダッタンソバもみられるが、イネ、トウモロコシはできない。ここで、日常使われている香辛料は、

LAHSUN
ADUWA
KHURSANI
DHANIYA
JEERA
METHI

に新たに、この地方に自生している

ERMARG
KOMA
ZIMBU

が入ってくる。



図 25. シェルパ族が使用している香辛料をつぶす木うす。

ERMARG は日本のサンショウの仲間であり、KOMA などとジャガイモにつけて、その単調な味をおぎなっている。LAHSUN は日本のニンニクの仲間、チベット料理のモモMOMO に使われる。ADUWA は日本でいうショウガであるが、ツァンパアに用いられている。METHI はコメを原料とするチャンに使われ、DHANIYA は緑のうちに KHURSANI とともにサラダに用いられている。JEERA はタルカリにも用いられるが、シチューに使われることが多い。KHURSANI はタルカリだけでなく、ジャガイモと一緒に煮て主食として用いられている。このトウガラシはこのむらの高所では育たず、南のダラン辺りから導入されたものである。

さらに興味深いことは、これまで調査した部族は香辛料をつぶすのに、もっぱら石うすを用いていたが、シェルパ族の家では、木材をくりぬいた木うすが使われていた。図 25 がこれで、この材はシャクナゲの樹からなり、すりこぎ棒は石である。これはシェルパ族が多く用いている香辛料が、セリ科の種子の小さなものよりも、ショウガやニンニクなど塊茎もまじえ、それにトウガラシなどが加ってきている点で、日本のすりこぎ鉢の原型のようなものであろうか。シェルパ族の人たちはこれを「ゴツツン GOTTUN」と呼んでいる。

こうしてシェルパの香辛料をみると、その種類は基本的には他のネパール人と同じであるが、その利用方法がかなり異ってきている点が注目される。それは山岳地帯の居住という生活条件からの規定と、このシェルパ族がかつてチベットの方から移住してきて、今もなおそのチベット料理の基本的な様式を維持していることに基づくとおもわれる。しかし、チベット料理はトウガラシが殆んど使われないのに、シェルパ族の食事にはこれが多く消費されている点は大きな違いである。また、サンショウ、ショウガ、ニンニクの消費が高いことは、中国、さらには日本の香辛料の内容と共通する要素として興味深い。

ネパールにおける香辛料のまとめと展望

以上、ネパールにおける香辛料を調査してみて、次のようなことが明らかになった。

1. ネパールの人たちが日常用いている香辛料はすべてネパール国内でとれるもので完全な自給体制をとっている。
2. ネパールの人たちが利用している香辛料の種類は基本的には同じであるが、住んでいる地方、部族によってその利用方法が異っている。

3. とくに、トウガラシの栽培と利用が多岐にわたっている点に特徴がある。この植物は栽培が容易で、辛味の主成分である Capsaicin が、食慾をうながし、代謝作用をたすけ、発汗作用があり、さらには体内の駆虫作用にも貢献して優れた香辛料とみることができる。また、ネパールでは赤いトウガラシだけでなく、緑のトウガラシもよく売られていて、この利用はビタミンCが多く含まれ保健上良好であると考えられる。

今後ネパールの香辛料の展望としては、これらの香辛料がそれぞれの農家で自給されている形で、優れた品種の導入とか、育種は殆んどなされていない現状なので、一つ一つの香辛料について、実際の利用面を十分考慮して、育種を行ない、普及していく必要があると考えられる。そのなかでも、トウガラシは有力な将来性ある香辛料といえることができる。

他面、ネパールの人たちが日常食事をしている料理の内容は、インド料理とチベット料理の折衷で、香辛料からみるとはるかに変異に富んでいるインド料理の影響を強くうけている。その点、チベット料理を主体とするシェルパ族がかなり幅広く、これらの香辛料を導入していることは極めて興味深い事実とおもわれる。シェルパ族のジャガイモの導入も新しい食生活の変化をもたらしているが、ジャガイモだけでなく、トウガラシもとり入れて豊富な食生活としている。ネパールの部族たちは保守的に生活様式や習慣を継承していくようであるが、そのなかでも食生活の様式がこのような形で香辛料を通じて変容しつつあることは注目に値する。

謝 辞

この研究は、昭和 58 年度文部省科学研究費補助金（海外学術調査）の援助を受けて施行されたもの（課題番号 58041066）で、実施にあたっては文部省学術国際局国際学術課の黒田英雄氏、外務省ネパールの日本大使館 M. KAWAGUCHI 氏、インドの日本大使館 Y. OKANO 氏に、一方ならぬお世話になった。ここに深甚の謝意を表したい。

現地では、ネパールの事情に詳しい宮原たかし氏、ネパール農業の資料の蒐集に協力いただいたネパール政府農業省 AGRONOMY DIVISION の A. N. BHATTARAI 氏、AGRICULTURE BOTANY DIVISION の P. P. REGMI 氏、訪れた Imadol のむらの首長 (Pradhan Pancha) S. R. SHARMA 氏、Dhankuta のむらの首長 M. POKHREL 氏、Namche のむらの首長 A. PHURBA 氏からは親切な援助を受けた。また、シェルパの PHINJO, ZANBU は調査隊と苦勞をともにした。さらに、東京女子大学にあっては、宮川実文理学部学部長、木部マスキ文理学部事務長に留守役の責任者になっていただき、帰国後の資料整理では数理学科学生蘭田京子氏に手伝ってもらい、このような成果をまとめることができた。これらの方々に心から謝意を表す。

参 考 文 献

- AHMED, L. 1981. Indian Cooking. Octopus Books Ltd., London.
星川清親 1976. スパイス 柴田書店, 東京.
MAJUPURIA, I. 1982. Joys of Nepalese Cooking. Apex Printing Press, India.
MAJUPURIA, I. & LOBSONG, D. 1981. Tibetan Cooking. Raj Pattan Press, India.
REGMI, P. P. 1982. An Introduction to Nepalese Food Plants. Royal Nepal Academy,

Kathmandu.

STOBART, T. 1970. Herbs, Spices and Flavourings. The Wine and Food Society, London.

(小野村正敏訳「世界のスパイス百科」鎌倉書房, 東京).

STUART, M. ed. 1979. The Encyclopedia of Herbs and Herbalism. Orbis Publishing, London.

The Study of Spices in Nepal

Ichiro FUKUDA

Summary

The Japanese Expedition of Nepalese Agricultural Research (Captain: I. FUKUDA, Members: E. YAMAMOTO, T. KONISHI, M. KIMATA and H. SATOWA), sponsored by the Ministry of Education, the Japanese Government in 1983, visited the villages of Imadol (Lalitpur District), Hille (Sunsari District) and Namche (Solukhumbu District) from September to October in 1983. There is collected spice specimens and made inquiries regarding their utilizations.

The following specimens were collected.

1. METHI (Fenugreek: *Trigonella foenum-graceum* L.) Fig. 6.
2. BESHAR (Turmeric: *Curcuma domestica* VALET.) Fig. 7.
3. JEERA (Cumin: *Cuminum cyminum* L.) Fig. 8.
4. DHANIYA (Coriander: *Coriandrum sativum* L.) Fig. 9.
5. JWANO (Lovage: *Levisticum officinale* KOCH) Fig. 10.
6. TEJPAT (Indian Cassia Leaf: *Cinnamomum tamla* NEES et EBERM) Fig. 11.
7. LAHSUN (Garlic: *Allium sativum* L.) Fig. 12.
8. ADUWA (Ginger: *Zingiber officinale* ROSCOE) Fig. 13.
9. TILL (Sesame: *Sesamum indicum* L.) Fig. 14.
10. NEPALI SUNP (Dill: *Anethum graveolens* L.) Fig. 15.
11. TIMMUR (Chinese Pepper: *Zanthoxylum armatum* DC.) Fig. 16.
12. ZIMBU (Nepal Aromatic Leaf Garlic: *Allium hypsistum* STEARN.) Fig. 17.
13. KOMA (unpublished: Umbelliferae) Fig. 18.
14. KHURSANI (Chilli Pepper: *Capsicum frutescens* L.) Fig. 19 & 20.
 - a. DHOKRE KHURSANI (Long Pepper: *Capsicum frutescens* L. var. *longum* BAILEY)
 - b. JYANMARA KHURSANI (Cherry Pepper: *Capsicum frutescens* L. var. *cerasiforme* BAILEY)
 - c. CHUCHCHE KHURSANI (Cone Pepper: *Capsicum frutescens* L. var. *conoides* BAILEY)
 - d. JIRE KHURSANI (Bird's Eye Chilli: *Capsicum microcarpum* DC.)

Utilizations for spices by the Nepalese Tribe people:

1. The CHHETRI people usually use METHI, BESHAR, JEERA, JWANO, TEJPAT, LAHSUN, ADUWA, KHURSANI and RAYO.
2. The NEWAR people use METHI, BESHAR, JEERA, DHANIYA, JWANO, LAHSUN, ADUWA, KHURSANI, NEPALI SUNP, and TEJPAT.
3. The TAMANG people use METHI, BESHAR, JEERA, DHANIYA, JWANO, LAHSUN, ADUWA, and KHURSANI.
4. The SHERPA people use LAHSUN, ADUWA, KHRUSANI, DHANIYA, JEERA, and METHI, and also the wild spices ERMARG, KOMA, and ZIMBU.

It is pointed out that all Nepalese people use the same kinds of spices but different tribes use them in different ways. For example, the NEWAR and TAMANG people always use METHI and DHANIYA for Tarucurry. However, the SHERPA people use METHI for Chan drinking and young DHANIYA for fresh salads. The SHERPA have also introduced potatos with Chilli peppers. The Chilli pepper modifies the uniform taste of the potato. It is interesting that such patterns of food preparation change gradually according to the spice use, although each tribe has a conservative life style.

As a future problem of the Nepalese spices, it is considered that the Nepalese people themselves can produce the above spices, but each spice needs to do the breeding especially with each utilization in mind. Nepalese cooking combined Indian and Chinese cooking. Spices from both types of cooking can use in more than many different ways.