

## 高田馬場で味わう中国各地の麺料理 —ガチ中華入門—

国際部 西 晃

筆者が住んでいる新宿区の高田馬場は、大学や専門学校、予備校が集まる学生街として知られています。世界各国から多くの留学生が集まる国際色豊かな地域でもあり、特に中華圏からの学生が多く、駅周辺では中国語が飛び交う光景も珍しくありません。

こうした外国人居住者の存在は、観光客が一時的に訪れるインバウンドとは異なり、日常生活を通じて街の消費や文化に独自の影響を与えています。例えば、近年増えている「ガチ中華」と呼ばれる本格中華料理店では、日本人向けにアレンジされた中華料理とは異なり、中国各地の料理を現地に近い形で提供しています。

ガチ中華というと、メニューが漢字の羅列で料理のイメージが湧きにくかったり(最近ではQRコード注文で料理写真を確認できますが…)、独特な味付けや具材を使った調理法のため、少しハードルが高いと感じる方もいるかもしれません。そんな中で、比較的試やすくハズレが少ないのが、私たちにもなじみのあるラーメンのような麺料理です。

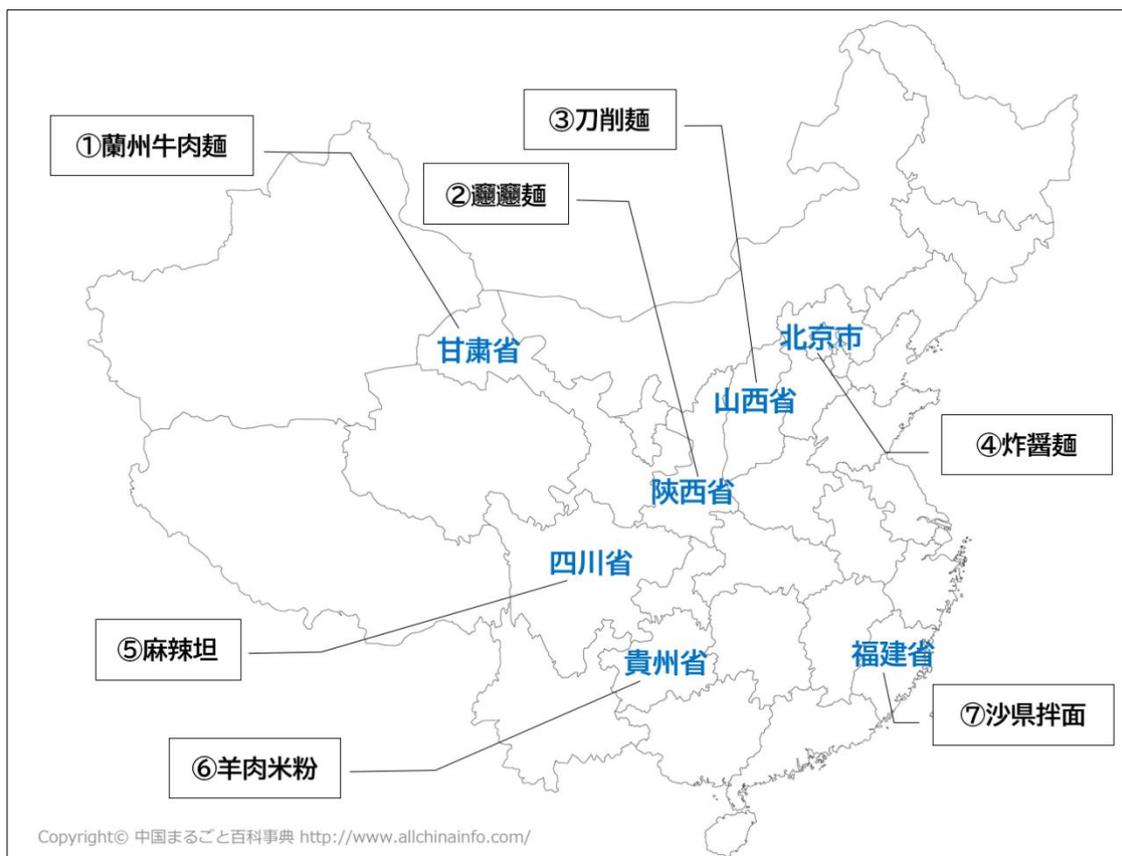
そこで本コラムの執筆にあたり、しばしダイエットのことは忘れ、近所のガチ中華の麺料理を連日食べ歩いてみました。実際に味わいながら感じたそれぞれの魅力を、中国各地の「ガチ中華麺」として、いくつかご紹介していきたいと思います。

### 中国各地の麺文化

まずは、中国各地の麺文化の大まかな特徴について軽く触れておきます。中国の麺文化は非常に多様で、地域によって大きく異なります。

北方地域では小麦を使った麺料理が中心で、手延べ麺や削り麺など、さまざまな形状や製法の小麦麺が発達しています。一方、米が主食の南方地域では、米を原料とした米麺やビーフンなどの麺料理が広く食べられています。さらに、西南地域では、花椒や唐辛子を使った辛味や痺れの利いた麺料理が多いのも特色です。

それでは、中国各地の麺料理を、ほんの一部ですが見ていきたいと思います。



・今回紹介する中国各地の麺料理と主な地域（利用許諾より加工可能な地図素材をもとに筆者作成）

### ①蘭州牛肉麵(ランジョウニューロウメン) ～澄んだスープのシルクロード麵～



・高田馬場駅周辺の某店で筆者撮影

蘭州牛肉麵は、中国北西部の甘肅省の省都である蘭州の麺料理です。甘肅省はシルクロードが通る地域であり、世界的な仏教遺跡である莫高窟がある敦煌もこの省にあります。

澄んだ牛骨スープに手延べ麵、薄切りの牛肉、香菜やネギ、ラー油を合わせた、飽きのこないあっさりした味付けで、毎日でも食べられる気がします。

## ② 𪗇𪗇麵(ビャンビャンメン) ～幅広麵の迫力～



・高田馬場駅周辺の某店で筆者撮影



・「𪗇」の漢字の拡大図

𪗇𪗇麵は、中国北西部の陝西省の麵料理で、かつて中国の都・長安として栄えた西安の名物です。日本でもコンビニ商品や冷凍食品として販売されるなど、身近な存在になりつつあり、帯のように太く長い、もちもちした幅広麵が印象的です。ゆでた麵の上に唐辛子やニンニク、ネギなどをのせ、そこに熱した油をかけて香りを立たせる食べ方が一般的で、この調理法は同じ陝西省の名物である油潑麵(ヨウポーメン)にも通じます。

「𪗇」という字は 57 画もある非常に複雑な漢字ですが、2020 年にユニコード(国際的な文字コード規格)に収録されたことで、現在ではデジタル環境でも表示できるようになりました。それまでは筆者も、中国の SNS である微信(WeChat)などでは、この漢字を使わず、「biangbiang 面」と拼音(ピンイン)混じりで表記していたため、漢字で表示できるようになったことには感慨深いものがあります。

## ③ 刀削麵(トウショウメン) ～削って生まれる職人麵～



・高田馬場駅周辺の某店で筆者撮影

刀削麵は、中国北部の山西省を代表する麵料理です。山西省は古くから小麦の栽培が盛んな地域で、さまざまな麵料理が発達してきました。

調理人が小麦の生地のを手に持ち、専用の刃で鍋の中へ直接削り落としていく独特の製法で作られます。削り出された麵は中央が厚く両端が薄い不揃いの形で、もちもちとした食感とコシがあります。

#### ④炸醬麵(ジャージャーメン) ～よく混ぜて味わう北京の定番～



・高場馬場駅周辺の某店で筆者撮影(右の写真はよく混ぜた後)

炸醬麵は、北京の麵料理の一つで、小麦の麵に甜麵醬などで炒めた肉味噌(炸醬)をかけ、胡瓜などの野菜を添えてよく混ぜて食べます。濃厚な味噌のコクと麵の素朴な味わいがよく合い、食べ進めるうちに味が一体となっていきます。卓上の酢やラー油、おろしにんにくなどの調味料を加え、味の変化を楽しむのもおすすめです。

#### ⑤麻辣坦(マーラータン) ～具材を選ぶスパイススープ～

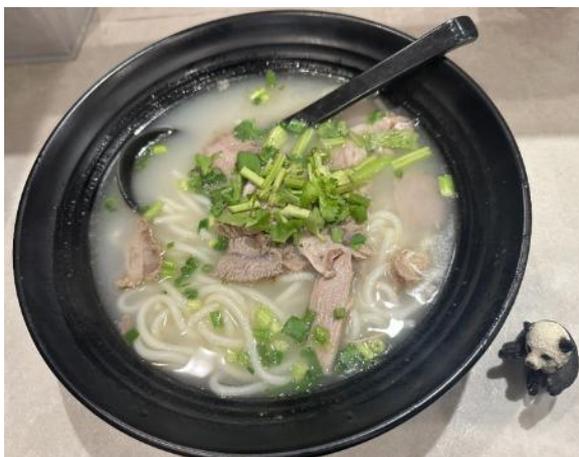


・高田馬場駅周辺の某店で筆者撮影

四川省の麵料理といえば担々麵が有名ですが、麻辣坦も広く親しまれているスープ料理です。花椒の痺れ(麻)と唐辛子の辛さ(辣)が利いたスープに、春雨や麵、野菜、肉、豆腐などを入れて煮込みます。店頭に並んだ具材の中から好きなものをボウルに取っていくスタイルの店が多く、まるでビュッフェのような感覚で選べるのも楽しいところです。

最近では韓国の若者の間で麻辣坦がブームとなり、日本でも専門店が増えて、若い世代を中心に人気が高まっています。店内はおしゃれな雰囲気のお店も多く、他のガチ中華のお店とは客層がやや異なり、日本人の若い女性客の姿が多くみられました。

## ⑥羊肉米粉(ヤンロウミーフェン) ～羊の旨味を味わう米麺～



羊肉米粉は、中国南西部の貴州省の米麺料理です。米を原料とした細い麺「米粉」を、羊肉の旨味が溶け込んだスープで味わいます。

具材には柔らかく煮込んだ羊肉や香菜などが添えられ、さっぱりした米麺に羊肉のコクと香りがよく合います。卓上の唐辛子や香味調味料を加えて、自分好みに味を調整できます。

・高田馬場駅周辺の某店で筆者撮影

なお、米麺料理は、貴州省に隣接する雲南省の「米線(ミーシェン)」なども有名です。雲南省の米線が鶏や豚のスープを使うことが多いのに対し、貴州省の米粉は羊肉の旨味を前面に出しています。

## ⑦沙県拌麺(シャーシェンバンメン) ～素朴で奥深いピーナッツ麺～



・高場馬場駅周辺の某店で筆者撮影(右の写真はよく混ぜた後)

沙県拌麺は、中国南部の福建省の内陸部にある沙県発祥の麺料理です。沙県は小吃(軽食)の町として知られ、中国各地に「沙県小吃」と呼ばれる食堂チェーンが広がっており、拌麺はその代表的なメニューの一つです。細めの小麦麺をゆで、ピーナッツソースや醤油、香味油などを合わせたタレで和えて食べるシンプルな一品です。濃厚なピーナッツのコクと香ばしさが麺によく絡み、素朴ながらも後を引く味わいです。

## おわりに

今回紹介したガチ中華の麺料理は、もともと日本で生活する中華圏出身の外国人を主な顧客として提供されてきたものです。しかし近年では、こうした店を訪れる日本人客も増えており、外国人コミュニティを背景に広がってきた食文化が、徐々に日本の消費者にも浸透しつつあります。

実際、日本人の若者の間では、新大久保の韓国フードなどが以前から人気を集めており、外国人コミュニティの市場が、日本に新たな食文化を生み出すきっかけになっているともいえるでしょう。

こうした現象は、単なる飲食トレンドにとどまらず、街の文化や消費スタイルが少しずつ変化していく過程の一端ともいえます。このような消費の変化に目を向けることは、中小企業にとって新たな市場機会を見つけるヒントになるのではないのでしょうか。

### 【参考資料】

Wikipedia 各項目

以上