

味の素食の文化センター研究成果報告書

<2017年度研究助成>

中世南インド料理の再現

—サンスクリット語料理書『料理の鏡』を中心に—

駒沢大学 加納和雄

2019年6月21日

<2017 年度研究助成>

中世南インド料理の再現—サンスクリット語料理書『料理の鏡』を中心に—

加納和雄 (駒澤大学)

## 目的

昨今、日本において南インド料理は広く浸透し、現代南インド料理の調理技術や知識は日本国内においてめざましい進展を遂げつつある。いっぽう、歴史学・文献学からの中世の南インド料理再現のアプローチは、その資料の豊富さにもかかわらず遅々として進んでいない。

本課題はサンスクリット語で記された中世南インド料理本『料理の鏡』(11-17世紀ころ成書、タンジョール周辺か)を丁寧に読み解き、そこに現れる惣菜レシピを抽出し、現代の南インド料理の調理人の調理知識と技術を通じてそれを再現することを目指す。

同書はとくに、赤唐辛子が新大陸からインド亜大陸にもたらされる以前の食文化を記述するため、新大陸食材の舶来以前の食文化を書き残す貴重な資料となる。失われた食文化についての知の体系、調理法、食材・香辛料の組合せ方を再現し、現代の南インド料理との間にある連続と飛躍を見極め、これからの食の在り方を模索する。

## 『料理の鏡』

インドの食文化の歴史を知るためには、出土遺品、伝存文化、文字資料という異なる手がかりを複合的に用いる必要がある(Achaya 1994, 加納 2019)。中でも文字資料は豊富な情報を残し、文学作品中の食事風景の描写、儀礼文献や碑文中の供物の記述、インドを訪れた異国人の旅行記、旅案内(高橋 2018)などもあるが、特に本課題の目的に合致するものは、レシピを記載する料理本である。

料理本の多くは、インド伝統医学に基づく薬膳のレシピ(アーユルヴェーダ)であり、体調不良を改善するための食事療法として記載されるのが一般的である(伊藤・香取 2008)。その中において本課題で扱う『料理の鏡』は異色である。同書は宮廷料理のレシピ集であり、単に薬膳だけではなく美食の側面も色濃いためである。しかも各レシピの

末尾には効能が伝統医学の理論にもとづいて記述され、王の健康維持を意図している。本課題ではこの稀書を主な資料として用いる。

同書の主食は米が中心で、多彩な総菜のレシピを列挙する。中にはウズラ、鶏、羊、山羊などの肉汁、肉粥、肉の炊き込みご飯といった肉料理も含む。給仕人の心構え、米の炊き方、ギーの作り方、季節の旬料理なども扱い、ヒンドゥー神を信奉する宮廷料理人(典膳)を讀者として想定している(内容の概観は加納 2019 参照)。

## 時代

インドの食文化は、歴史も長く、地理範囲も広大である。本課題において再現の対象とする食の時代と地域は、『料理の鏡』の成立地と成立年代を確定することによって定められる。しかしながら同書は作者が匿名であり(神話的人物ナラ王に著作が仮託される)、写本の奥書に時代や地域の記述も欠如するため、同書の内容に基づき、その総合的な見地から時代と地域を確定するほかない。

まず時代については、最古の写本が17~18世紀(後述)であること、そして赤唐辛子に言及しないことから、アメリカ大陸舶来の食材がインドに導入される16世紀頃よりも以前と考えられる。

そしてどこまで著作年代が遡れるかについては確定し難いが、概ね11~12世紀頃以降の成立と予想される。本書のように中世の南インドの宮廷料理を記載する宮廷百科事典的な作品は、11~18世紀に多く著作され、本書の時代範囲と概ね一致するとみられる(加納 2018: 368)。

## 地域

本書の成立地域は南インドであろう。レシピが米を主食としている点、南インド産の食材が多い点、香辛料(カレーリーフ、ごま油、マスタード、フェネグリーク、ココナッツ、タマリンド、ヒング等)の使用が南インドのそれと共通する点などによる。

## 中世南インド料理の再現—サンスクリット語料理書『料理の鏡』を中心に—

さらに最古の写本の所蔵場所がタンジョール（タンジャーヴールとも、地図）であることも、その予想を裏付ける。タンジョールは、中世南インドのヒンドゥー王朝であるチョーラ朝（846 頃～1279）の王都であり、その後のヴィジャヤナガル朝（1336～1649）にかけても重要な都市である。

また、①本書はサンスクリット語で記され、②ナラ王物語をベースとし、③インドラ（2 章 41 偈）、ブラフマン（4 章 32 偈）、カーマデーヌ（7 章 26 偈）などの神々の徳性を、料理のもつ効能の引き合いとして巧みに用い、④また写本筆者による冒頭帰敬文はガネーシャに捧げられているので、ヒンドゥー文化を軸とする王朝が本書成立の場であったと考えられ、タンジョールをその一候補とみなすことを妨げない。

しかし詳しく検討すると、同書の料理はタンジョールが位置するタミルの料理よりも、アーンドラ地方（地図）の料理と、より共通していることが判明した。南インド料理の専門家である小此木大氏（タルカ）によると、ギー、ヨーグルト、ゴマの使用が目立つ点、ゴマをペーストにして使う料理が多い点などから、今日のアーンドラ料理と共通点が多いという。

タンジョールは最古写本の保管地であり著作地としては第一の候補と考えられるが、そのレシピ内容がアーンドラ料理と一致するという奇妙な齟齬は、何を示唆するのだろうか。一説にはタンジョールの王宮料理にはアーンドラ料理の影響もあるといわれるため、王がアーンドラの料理人を連れてきて本書を書かせた可能性も残される。実は今回初めて確認できたタンジョール写本には、この可能性を補強する証拠が見つかった（後述）。

いずれにしても、本書はチョーラ朝からヴィジャヤナガル朝、おそらくはタンジョール王宮にて、11～16 世紀頃の間には著作された可能性が高い。

### 方法

本課題は『料理の鏡』のレシピの再現を目標として、その遂行のために次の手順を踏む。まず同書の原文を校訂し、和訳を完成する。次に和訳中の食材名を同定し、和訳に基づいて仮のレシピを作成する。そして当地の郷土料理の専門家の助力を得て、レシピには直接記されない食材の分量、調理時間、塩加減などの必要な情報を補い、料理を再現する。再現料理の味などを多分野の専門家た

ちと共に確認し、議論の成果をレシピにフィードバックし、レシピを完成に近づける。さらに、現代の日本の家庭でも手軽に作れる、代替の食材や調理器具を用いた簡易版レシピを作成し、失われた食文化の普及をめざす。

〔インド地図〕（井坂・加納 2016 を一部加工）



### テキストと貝葉写本

『料理の鏡』のサンスクリット語の原題は『パーカダルパナ』である。テキストは刊本が 3 種あり、1915、1983（ヒンディー語訳付き）、1995 年（ドイツ語訳付き）に刊行された（参考文献）。それら刊行本が底本に用いた写本は以下の 3 点である。

プーナ写本（Bandarkar Oriental Research Institute, No. 932 of 1887-91, 1932 年以前）、

ベナレス写本（Kavīndracārya No. 1055, 20 世紀頃）、

ベナレス写本（Sanskrit College Benares 1910-11, No. 2014. 1894 年筆写）。

これらはいずれも 19 世紀末～20 世紀の紙の写本であり、現在ベナレスやプーナに保管されるが、それら保管地と本書の成立地との間に有機的な関係は見出し難い。いずれも二次的な複写本だろう。

いっぽう本書には、どの刊本もかつて用いることができなかった下記の最古の貝葉写本（17～18 世紀、タンジョール所蔵）が存在する。

タンジョール写本（Burnell No. 73a = Sastri No. 11237）。

報告者は写本を所蔵するタンジョールの王宮図

書館を訪ね、同貝葉写本を閲覧する機会に恵まれた（斉藤茜氏および同図書館のヴィーララーガヴァン氏のご協力による）。写本はサンスクリット語を書写するためのタミル地方の文字であるグラント文字で記され、都合、貝葉 30 枚からなる。

〔図版 『料理の鏡』 貝葉写本の側面と冒頭箇所〕



調査の結果、同写本は『料理の鏡』の第 1 章のみを収録することが判明した。本書（全 11 章）の全体は都合 760 ほどの詩節からなるが、第 1 章は 499 詩節からなるため、同写本は全体の半分以上の分量を保持する。

同写本と既刊の刊本と比較すると、少なからぬ異読が確認される。今後、異読を網羅的に検討して校訂本を新たに用意する必要がある（本課題では刊本を用いて誤記を正すに留めた）。

### アーンドラ地方出身の宮廷料理人？

同写本においては、極めて特異な点が存在する。それは、本文に付される語釈の中に認められる。すなわち、サンスクリット語の本文に対して、語釈がテルグ語で表記されるのである。例えばサンスクリット語の食材名にはテルグ語の表記を付す。

写本所在地のタンジョールはタミル語話者の生活地域であるので、通常ならばタミル語の語釈が期待される。ところがアーンドラ地方（地図参照）のテルグ語が記されるのである。

このテルグ語の語釈は、料理人が食材名を理解できるように付されたと考えられる。すなわちアーンドラ地方出身のテルグ語話者の料理人の存在を、この貝葉写本は前提としているといえる。

さてここで、前述した同書のレシピの奇妙な点を思い出して頂きたい。つまりレシピの内容は、通常ならば写本所在地のタミル料理との類似性が期待されるが、実際にはアーンドラ料理とよく共通することを先に確認した。

そして、このレシピの事情は、いま確認した写

本の事情と奇しくもぴったりと符合する。すなわち、本書はアーンドラ出身の料理人が故郷を離れてタミルのタンジョール王宮に仕えて、故郷のアーンドラ料理をレシピにまとめた料理本である可能性が指摘できる。

同時に別の可能性としては、アーンドラ地方の王宮で成立した本書の写本の一つがタンジョール王宮に偶々伝存したとも考える（但し通常グラント文字はタミルで使用されアーンドラでは使用されない）。

いずれかの予想が証明されれば、謎に包まれていた同書の成立事情が明確となるだろう。今後、王宮の歴史事情などを抑えて検証する必要がある。

### 食材

サンスクリット語の食材名を現在の学名に同定することはさほど困難ではない。植民地期以降の近現代インド学およびアーユルヴェーダ研究の蓄積があるからである（Meulenbeld 1999-2002 など）。ただし料理の再現に際して 2 点の問題がある。ひとつは農作物の品種改良のこと、もうひとつは本邦で入手が困難なことである。

現在我々が入手できる品種改良された農作物は文明の歩みと共に人類が努力を繰り返し獲得したものである。その改良の歴史を逆向きに遡って、中世当時の農作物（原種により近い）を再現することは、本課題では現実的ではない。しかし本書は、今日の品種では不要と思われるほどの灰汁抜きや苦み抜きの工程を記し、改良前の作物の存在を示唆するため、同調理工程の要不要は現在の食材の状態をよく確かめて適宜判断する必要がある。

また本邦で調理再現を試みる場合は、食材がわかっても入手が困難な場合が多い。近隣の熱帯地域から類似する入手しやすい代替品を探る必要がある（今回、ナスはタイのマクアポで代用した）。

### 香辛料

香辛料はインド食文化の特徴を最も端的に表す要素である。その使用に地域差はあるが、時代差は、我々が考えるほどにはなく、インド食文化の保守的側面を示す。本書に使用される香辛料は下記のように現在とほぼ変わらない（括弧内はサンスクリット語の原語）。クミン（jīraka, ajāī）、フェネグリーク（methī）、ウコン（niśāvarṇam）、黒コショウ（māricā）、ニンニク（laśuna）、オオバゲッキツ（kaidarya）、パルパタ（parpaṭa）、ヒング（rāmaṭha）、

レモン汁、タマリンドの酸汁、砂糖、コリアンダーの葉 (*kastumburī*)、コリアンダーの粉 (*dhānya*)、マスタードシード (*sarṣapa*)、レモン (*bījapūra*)、ココナッツ (*nārikela*)、玉葱 (*palāṇḍu*)。

また油と乳製品は、ギー (製法含む)、ごま油、パニール (*kṣīravāṭaka*) を記載する。

赤唐辛子の不使用は本書の大きな特徴だが、もともと香辛料の使用が豊かなインド食文化において赤唐辛子の導入は、我々が想像するほどには大事件ではなかったのかもしれない。例えば赤唐辛子導入前後で食に大きな変化が生じた韓国やブータンなど事例と同じ様に考える必要はないだろう。

また、インド食文化におけるウコンの使用が時代指標とされることもあったが (辛島昇氏によると 9 世紀以降)、古代タミル語のサンガム文学 (1~3 世紀頃) に *mañcal* という名でウコンが登場し、古層の医学書にも食用で登場する (高橋 2018: 91)。

なおサンガム文学に出る *kaṛi* という語には胡椒ではなくカレーを意味する場合もあり、その材料として胡椒、生姜、ウコン、タマリンド、マスタード、カレーリーフ、ニンニクが記述される (高橋 2018:91)。これらは今日、同地域で使用される基本的な香辛料そのものである。ここに古代から現代までの食の連続性と同食文化の保守性が窺われる。

### 厨房・調理器具・食器

厨房では方角神の役割に応じて各方角にふさわしい器具が配置された (火神の方角である東南には竈など。加納 2018)。調理器具や食器は歴史の中で大きな変化はなかったようである。本書は例えば次のようなものを記載する。包丁 (*kaṭṭi*)、果物ナイフ、おたま (*dravīpuṭa*)、鍋 (*sthālī*, *pravañbāṇḍa*)、すり鉢 (*haratṭaka*)、竈 (*cullī*)、オープン (*antarāṭṭālaka*, *karpara*)、石の平板、濾過器 (*jālinī*)、ピンロウジュ製容器 (*pūgapatṭa*, *pūgapatṭasya netra*)、などである。

(バナナの葉の皿を記さないのは、王の食卓ゆえだろうか、或いは記述の欠如はバナナの葉の常用を示唆するか。)

### 調理方法

本書が記述する調理方法には、洗う、皮むき、切る、水煮、発酵、濾過、ギーで炒める、ペースト状 (*kalka*) にして塗る、ケーキ状 (*vāṭaka*) に固める、燻製、香りづけ [麝香 (*mṛganābhi*)、樟脳 (*karpūra*)、虫よけ]、アダン樹の花、ケータキー樹の花、クンクマ等]、温めなおす (熱したギーで器ごと温める、

オープンにいれる)、などがある。

### 配膳・給仕順序

この点は本書に記述を欠く。16 世紀の類書『クシェーマクトゥーハラ』などによると、王の大皿の左側に飲み物や漬物などが並び、真ん中には米が盛られ、右側にはダル、ギー、肉、野菜、魚が順に並ぶ。給仕の順序は、最初に甘いもの、次に酸っぱいものと塩辛いもの、最後に苦いものと辛いものと渋いものが推奨される (加納 2018)。

### 再現調理を行った品目

さて本書に基づく中世インド料理の再現は、2018 年 12 月 23 日、山食音 (京都) において実施した。横地、張本、ディヴーカル、ヴァスデーヴら各氏らのご協力のもと作成した本書の和訳をもとにして、南インド料理を専門とする小此木、東 (山食音) 両氏に調理をご担当頂いた。20 名ほどの専門家が参加し、井坂、小磯、小倉各氏が研究発表を行った。

再現料理品目は、上記の配膳のバランスを参考に、下記の汁物、ご飯、総菜を選んだ。

- ①バターミルク (1 章 142~157 偈)
- ②赤斑茄子の総菜二種 (1 章 274~277 偈)
- ③アカザの総菜 (1 章 323~335 偈)
- ④マンゴーヨーグルトの汁かけご飯 (7 章 21~25 偈)
- ⑤タマリンドの汁かけご飯 (7 章 12~15 偈)
- ⑥ギーの汁かけご飯 (7 章 1~7 偈)

[再現料理：上から時計周りに④⑤⑥]



### 再現レシピ

再現されたレシピは下記の通りである (小此木、東のご協力による)。分量は 20 人分である。紙幅の都合上いくつかを割愛する。

### 〔①バターミルク〕

水 2L とヨーグルト 1kg を混ぜたものをフィルターで濾す。そこにごま油大さじ 2 をまぜる。

花々（乾燥ジャスミン 100cc）を入れ、48 分間放置した後に取り除く。

刻んだニンニク 7g、玉ねぎ 38g、グアバの葉 11g、コリアンダー（粉大さじ 2）、生姜の粉大さじ 1 をふる。

岩塩大さじ 1、コリアンダー（生葉 10g）、ヒング小さじ 1 をいれて混ぜる。

菜箸でまぜて、煮る。黒胡椒大さじ 1 を砕いて入れる。しばらく煮詰める。

冷えないように湯煎に入れて、ふたして提供する。

直前でレモンの葉（レモンの皮少々で代用）、樟脳（シナモンで代用）とケーターキーをのせる。

### 〔②茄子の総菜（その 1）〕

タイ茄子 1.7kg を石の平板でつぶして棘を抜く。ヘタをとって切り分け、種を取り除く。

水で洗って鍋に入れ、水を注ぎボイルする。

半分程煮込んだらお湯をすてて、別の鍋に入れる。

そこにタマリンド汁 150cc とトリカトウ（長胡椒、黒胡椒、ショウガ）小さじ 1 を入れ、茄子に火が通るまで煮る。（味付け用に岩塩大さじ 1）

そこに、胡椒（白）小さじ 1/2、クミン小さじ 1、フェネグリークの粉小さじ 1 をふる。

グアバの葉 12g、コリアンダー（葉）10g とライム（レモン汁）を入れる。

### 〔②茄子の総菜（その 2）〕

茄子をザルにあけ、ギー大さじ 3 で炒める。

そこに牛乳 200cc を注ぐ。

マスタードシード 30g、黒胡椒大さじ 1 弱、ココナツの実（シュレッド）30g、ゴマ 30g をペーストにして、フィルターで濾す。（味付け用に岩塩大さじ 1）

茹でて（又は炒めて）から茄子を入れて絡めて、取り出す。そこにギー大さじ 1 を入れる。

ヒング小さじ 2、緑豆の塊（茹でて煮崩れペーストになったもの）150g、パルパタ（パパドの粉）20g を入れ攪拌する（混ぜる又はつぶす）。

そこに少し煮汁を入れて煮詰めて、布で包んで提供。

### 〔④マンゴーヨーグルトの汁かけご飯〕

ごはん 1.5kg に甘いヨーグルト 1.8kg を入れる。

そこにマンゴー 3 個の切り身とニンニク（生のみじん 12g）を入れる。

白胡椒小さじ 1/2、黒胡椒の粉小さじ 1/2、乾燥ショウガ小さじ 2 を入れる。（岩塩大さじ 1.5）

さらに皮を剥いたショウガ 24g、カレーリーフ 3g、コリア

ンダーリーフ 12g のかけらも加える。

それらをかき混ぜて、カルダモン 6 個の欠片を入れる。

レモンリーフ（皮）とケーターキーの花、樟脳を振りかけてから包んで（ピンロウジュの器）給仕する。

### 〔③アカザの総菜〕

柔らかく新鮮なアカザ（ほうれん草で代用）1kg を洗ってザルをかました器に置いて、水を加え、濡れた布で覆う。

その中にヒング少量小さじ 1 と、牛乳 800cc を注ぎ、アカザからでた出汁と一緒に煮る。

煮えたらアカザを入れ、蓋して半煮えになるまで煮る。

それをかき混ぜて岩塩大さじ 1 をふる。さらにニンニク 15g、生姜の薄片 15g を入れる。

よく煮えたらアカザを取り出して、樟脳などで香りづけし、ピンロウジュの葉で結んで給仕する。

〔再現料理：右上から時計回りに③②（茄子 2 種）①〕



### 考察と課題

食材の分量や調理時間や塩加減は文献に記述されないため、小此木氏らが経験の上から最適の値を割り出し、記述がなくても適宜レシピに追加した。文字資料には限界があり、その行間は料理人の経験によって補う必要がある。水の成分や火力の再現など、細部には不明な点がまだまだ残るが、幸いにも南インドに貫かれる食文化の保守性のおかげで、現代に伝存する味付けや調理手順から、中世料理の不明な部分を一定の確度をもって予想することは可能であることが判明した。

課題としては食事風景全体の再現が残される。そして『マーナソーラーサ』などの他文献の調査成果も含め、中世南インドの食文化研究の成果を広く江湖に発信したいと考えている。

謝辞 本課題の遂行に際して、横地優子、張本研吾、井坂理穂、小磯千尋、ソームデーヴ・ヴァスデーヴ、アンドレイ・クレヴァノフ、ディヴァーカル・アーチャールヤ、斉藤茜、小此木大、東岳志、井上ユキ、小倉智史、斉藤茜、ヴィーララーガヴァン、森口真衣、飯塚真弓各氏ならびにタンジョール・サラスヴァティ・マハル・ライブラリーには、多大なご協力を頂いた。また味の素食の文化センターからは寛大なご支援を賜った。心より謝意を表したい。

Vāmācaraṇabhṭṭācārya ed. (1983) *Pākadarpaṇam. ibid.*  
(第二版：ヒンディー語注解つき)

### 参考文献

井坂理穂・加納和雄 (2016) 「食からみるインド史—中世から現代まで—第 2 回 中世インドの宮廷料理—『パーカダルパナ』と『アーイーニ・アクバリー』より」『ヴェスタ』103 : 57-63。

伊藤武・香取薫 (2008) 『チャラカの食卓：二千年前のインド料理』出帆新社。

加納和雄 (2018) 「中世料理本 (王の食卓)」『インド文化事典』丸善 : 368-369。

加納和雄 (2019) 「中世のサンスクリット料理書」『食から描くインド：近現代の社会変容とアイデンティティ』(井坂理穂、山根聡編) 春風社 : 181-187。

高橋孝信 (2018) 「古代南インドの食事」『仏教文化』 : 74-96。

Achaya, K.T. (1994). *Indian Food: A Historical Companion*. Oxford: Oxford Univ Press.

Gilbert, H. ed. (1992) *Das Pākadarpaṇa, ein altes indisches Kochbuch*. Ph.D. Dissertation, Marburg.

Meulenbeld, J. (1999-2002). *A History of Indian Medical Literature*. 3 vols. Groningen: Egbert Forsten.

Vāmācaraṇabhṭṭācārya ed. (1915) *Pākadarpaṇam*. Vārāṇasī: Vidyāvilāsa Press. (初版)