

# タイ料理



- ㊦一般的なソムタム。青パイアはシャキシャキの食感
- ㊧マッサマン・ガイ。まるやかで辛さは控えめ



## 甘み・辛み・酸味が織り成す味わい

甘みや辛み、酸味が織り成す、複雑な味わいのタイ料理。中国やマレーシアなど周辺諸国の影響を受けて、唐辛子やハーブ、スパイスをふんだんに使うのも特徴です。「ナンプラー」や、エビの塩漬けを発酵させて作る「カピ」などの調味料は必須アイテム。大豆が原料のしょうゆに砂糖やアミノ酸を加えた「シーズニングソース」や、ココナツミルクは、料理にコクを出すためによく使われます。

タイカレーは日本でもおなじみでしょう。中でも、マッサマン・ガイは、数年前から注目度が高まっているカレーです。シナモンなどのスパイスが甘く香り、ココナツミルクがまるやかな味わい。タイ南部の特産であるピーナツを入れるのも特徴です。バンコク市のトンロー駅から徒歩15分のタリンプリンでは、マッサマン・ガイを、ロティという薄焼きのパンにつけていただきます。

ソムタムは、タイ料理の定番とも



タイ料理研究家

味澤ペンシーさん



果物が数種類入ったソムタム

言える、青パイアのサラダ。青パイアを千切りにして、酸味の強いマメ科の植物「タマリンド」の汁、ナンプラー、ココナツシュガーなどを合わせたドレッシングであえます。唐辛子も入ってピリ辛です。同じドレッシングでフルーツをあえるなど、果物のソムタムもあるんですよ！ 同市内のエカマイ駅から徒歩7分のバーンソムタムでは、約30種類のソムタムがそろっています。