

「ハラールフード」ってなに？

「ハラールフード」という言葉を、新聞やニュースで見聞きした方もいるのではないのでしょうか。これは、イスラム教の戒律にそって作られた食べ物のことです。

最近では「ハラールフード」を提供するレストランや食材店、通販サイトなどが増えてきて、日本でも身近になりました。また、日本に居住・就労するムスリム(イスラム教徒)の外国人や、マレーシアやインドネシアなどムスリムの多い国からの観光客増加に伴い、多様な食文化への対応が広がりつつあります。

<p>「ハラール」って？</p>	<p>「ハラール」は、イスラム教の道徳的規範において「許された」「合法的」という意味であり、ムスリムの生活全般に関わる言葉です。 ※その反対に、「許されていない」「禁忌」は「ハラーム」といいます。</p>
<p>「ハラールフード」って？</p>	<p>「ハラーム」でない食べ物。イスラム教の教義に従って食べることが許された食べ物のこと。具体的には、食材が、豚肉と豚に由来する成分(ゼラチンやラードなど)やアルコールを含んでいないこと、豚肉以外の肉はイスラム法に則って処理(と畜方法)されていること、また、製造・加工・調理の過程で「ハラーム」のものに触れていないもの。(詳細は3ページの参考文献・ウェブサイトを参照)</p>
<p>どうして必要？</p>	<p>ムスリムにとって、イスラム教の教えが生活の規範であり、「ハラーム」を避けて生活するべきとされています。食生活においては「ハラールフード」を選ぶことが、信仰の実践であり、生活することそのものです。</p>
<p>「ハラールフード」はむずかしそう、ムスリムの方と一緒にの食事は大変そう…</p>	<p>ムスリムの方を迎えるときには、「使用材料・調味料を書き添えておく、伝える」「食べる、食べないの選択はムスリム本人に任せる」ようにしましょう。</p>

※ こんな「ハラール」製品があります! ※

食品だけでなく、化粧品、医薬品、シャンプー、歯磨き粉や自動車のシートなどにも、「ハラール」製品があります。アルコールを含んだものや豚に由来している日用品などは意外と多いのです。



「ハラール」については、個人差の尊重が大切です。同じイスラム教であっても、他の宗教と同様、教えの解釈やその実践方法は宗派や国・地域、文化、個人によって異なります。

川崎で生活しているムスリムの方に聞いてみました!

- | | |
|--------------------------------------|------------------------|
| ① 食生活の上で、日本で困ることはありますか。 | ② 日本の食材で食べられないものは何ですか。 |
| ③ 「こういうこと、こういうものがあると助かる」というものはありますか。 | ④ 日本の食べ物で好きなものは？ |
| ⑤ 母国の食べ物で好きなもの、おすすめは？ | |

アルーシュさん (パキスタン出身・2011年来日)



- ① 食材によって、売っている店が違うので買い物が大変(ハラールパスタは「マイバスケット」、ハラール肉は新大久保の店舗など)。気軽に外食できない。
- ② ハラールではない肉や調味料、豚由来のゼラチンなど
- ③ 食材・調味料の原料の明記(植物性など)や、ハラール食材を売る「ハラールコーナー」。「ハラール牧場」が運営する焼肉店。
- ④ すしとたこ焼き
- ⑤ ビリヤニ(スパイスとお肉の炊き込みご飯)

ユニさん (インドネシア出身・2016年来日)



- ① 豚を原料としたものが入っていることも多いので、買い物をするときはひとつひとつ原材料を確認します。
- ② 豚肉、ベーコン、ゼラチンと酒です。
- ③ 卵、魚介類、野菜、果物だけで作られているものがあると安心です。
- ④ たこ焼きとうどんです。
- ⑤ バクソ(牛肉ミートボール)、ナシゴレン(焼飯)、ミーアヤム(鶏肉入り汁麺)。一番好きなのはサテ・タイチャン(串焼きの辛ソース付)です。すごく辛いので日本人は食べられないかも。

レポート! 川崎市中原区で、「ハラール」食材を使っている『マドラスミールス』に行ってきました。

2015年に新丸子にオープンした南インド料理店。スタッフは、日本人オーナーの原さんと3人のインド出身シェフです。最初は、南インド出身の独身男性が多い川崎区で物件を探されたそうですが、今の場所(新丸子)は駅から近くアクセスもいいため、横浜や都内から食べにくる方も多いとのこと。ちなみに、同じインドのカレーでも、南北でずいぶん違い、北部は濃厚でとろみの強いカレーとナン(パン)が主流、南部はサラサラでスパイスが効いたカレーと米が主流だそうです。それぞれ主に使うスパイスも違うとは初耳でした!



店の入り口

「ハラール」食材なら誰もが一緒に食を楽しめる

この店の食材はすべて「ハラール食材」とのこと。メインシェフ(インド出身)がムスリムということもあるそうですが、オーナーの原さんは、「もともと、店の料理で酒を使うメニューもないし、『ハラール』食材を使うことで誰でも一緒に食べることができるのはいいな」と思ったとのこと。「ハラールフードの店」≠「ムスリムの店」ではなく、みんなで食事を楽しんでもらいたいとお話されていました。

来店するのは、インド、スリランカ、ドイツ、アラブなど出身の外国人が多く、週に2、3回来られる「常連さん」もいるとか。最近では「ハラールフードが食べてみたい」と来店する日本人も多く、「ハラールフード」の認知度が上がっていると実感されているそうです。



店の窓やメニューには、「ハラール」マークがついていました



南インド料理の定食「ミールス」大皿やバナナの葉の上に、複数のカレー、おかず、ごはんが盛り込まれます。スパイスのうまみとコクがみつきになりそうです!

「ハラール」食材はどこから?

「ハラール」食材は、専門の輸入会社や「ハラール」食材専門店(横浜市内)から入手されていました。「ハラールミート」はブラジルやオーストラリアからの輸入品で、「ハラール」食材には必ず「ハラール」の認証シールが。入手するのはそれほど苦労はないそうですが、日本の普通のスーパーには「ハラール」食材がほとんど置いていなかったり、置いてあっても少し値段が高いそうです。

「ハラールフード」について、オーナーから一言。

“オープン当初から「ハラールフード」を提供し、店の窓やメニューには「ハラール」マークをつけています。「ハラールフード」については、ムスリムのなかでも、国や地域、家族によって「決まり」がずいぶん違います。ムスリムの方には、食べられないもの、食べられるものをはっきり聞いて、それを尊重し、一緒に食べられるものを楽しむことが大事だと思います。”



メインシェフ(左)とオーナー(右)

「マドラスミールス(madras meals)」

住所:川崎市中原区上丸子八幡町816山本ビル1F 営業時間:11:30~14:30
17:30~22:00(定休日:火曜)
電話:(044)750-0438

参考文献・ウェブサイト

- ・東京都産業労働局「ムスリム旅行者おもてなしハンドブック」
<http://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.jp/tourism/kakusyuu/handbook/>
- ・観光庁「ムスリムおもてなしガイドブック基礎知識編」
<http://www.mlit.go.jp/common/001101141.pdf>
- ・神奈川県産業労働局「ムスリムフレンドリー・レストラン・ガイドブック神奈川」
<http://www.pref.kanagawa.jp/prs/p1052833.html>
- ・ハラールグルメジャパン(ムスリム向けグルメ検索サイト) <https://www.halalgourmet.jp/ja>

(取材・文:編集ボランティア 入部 紘一)