



食べることは生きること

～広大な青空と草原の間で～

「まんぷくモンゴル！公邸料理人、大草原で肉を食う」

鈴木裕子／著 産業編集センター 2023.3

公邸調理人とは、世界の大使公邸で働く料理人。保育園の元調理師で、食べることが大好きな著者は、現地の食をどん欲に追い求めます。

モンゴルでは夏は赤い食べもの、冬は白い食べものを、というそうです。

「赤」はお肉。遊牧民たちは羊を捌く時、彼らは一滴の血も地面にこぼさず、何一つ、いのちを無駄にせず使い尽くします。そんな羊の血で作ったソーセージと内臓で作ったスープは極上の味。

「白」は乳製品。離乳の直前直後のほんの短い時期に作られる貴重な馬乳酒、いくら温めなおしても何回でも厚皮のできるミルク。厳しい草原を生き抜くいのちのエネルギーをそのまま体に取り込めば「飲めばカラダがこれを欲しかったと身を乗り出す」ほど身体に馴染みます。

他人と家族のような気安さで助けあうモンゴルの暮らし。そんな中、友人となった人々と食卓を囲み、よく食べ、よく笑う。そんな著者からのメッセージは、「おいしいの記憶はわたしたちが生涯を共にするしあわせだ。」「読めばこころの骨が太くなる、たくましくなる!？」



「食」で旅する 古今東西

毎日何気なく食べている食事。「食」は地理や歴史、文化、あらゆることと密接につながっています。

ここでは、歴史上の食卓から遠く離れたアフリカの大地まで、ひと味違った食レポをお楽しみください。



歴史の中の食卓

～昔の人は、何を食べていたのか？～

「歴メシ！世界の歴史料理をおいしく食べる」

遠藤雅司／著 柏書房 2017.8

シーザーサラダは、カエサルが好んだもの…ではなく、実はメキシコの、とあるレストランで作られたメニュー。当時、ローマ市民が好んで食べていたのは、冷製チキンサラダ(サラ・カッタビア)。パンや鶏肉等を使ったボリューム満点のサラダです。

古くはソクラテスから、レオナルド・ダ・ヴィンチ、マリー・アントワネットといった歴史上の著名人の食卓を、歴史資料や当時の料理本から発掘したレシピをもとに再現！

古代メソポタミアの「野菜だし」から作った「古代小麦とラム肉のシチュー」、中世イングランドはリチャード2世のための「マーメニー(黄金のビーフシチュー)」、野菜好きだったレオナルド・ダ・ヴィンチには、好物の「インゲン豆のミネストローネ」、19世紀には、革命後のパリの住民であったユーゴーも、著作「レ・ミゼラブル」に登場する人々も味わっていたであろう「羊肉の煮込み クスクス添え」等々。

料理とともに、背景にある当時の食文化や逸話を楽しんでみて。

納豆の世界は広がった

～日本からアフリカまで～

「幻のアフリカ納豆を追え！
ーそして現れた<サピエンス納豆>ー」
高野秀行／著 新潮社 2020.8

なんと、アフリカにも納豆があった？！

著者は学生時代から世界中を飛び回っている探検家でありドキュメンタリー作家。今回は「未確認納豆」の正体を見極めるべく、テロの頻発する危険地帯にも踏み込み、現地で「納豆」づくりの現場に飛び込みます。各地のお宅で共に食卓を囲み、様々な「納豆」料理にチャレンジすれば、あの懐かしい香りと味が。でも原料や食べ方は、国や地域により千差万別で、パルキア(樹木の種類)やバオバブの実、ハイビスカスの種など豆(?)の種類も異なり、藁苞ではなくヒョウタンに入れて作ったり、食べ方もつぶして乾かし、煎餅状にしてダシに使うなど様々ですが、『ウチのが一番!』という「手前納豆」ぶりはどこでも同じなんだとか…。

調査の結果は同じ「納豆菌」をつかった納豆仲間であることが判明。世界の「納豆」を集めた「第一回 納豆菌 W 杯」では、どれが栄えある 1 位を獲得したか？それは読んでのお楽しみ。

前作「謎のアジア納豆ーそして帰ってきた<日本納豆>ー」に続き、アフリカまで幅を広げて納豆を追求めた実は真面目なフィールドワークです。



さらに、データに裏打ちされたフィールドワークの結果を詳しく見てみたい方にはこちら。

「世界の発酵食をフィールドワークする」
横山智／編著 農山漁村文化協会 2022.1

納豆や馬乳酒ほか、世界中にある発酵食や背景の文化にかかるエピソードに加え、レシピなども載っています。

アジア地域の主題が多く、中でも今回注目するのは『7章 納豆はおかずか、調味料か?』『9章 モンゴル国の馬乳酒「アイラグ」』。

納豆菌の供給源となる植物の種類、採取場所、納豆の形状などが一覧になっていたり、馬乳酒を作る際の入れ物を変える調査など、「幻のアフリカ納豆～」や「まんぷくモンゴル!」の後で読むと「ああ、あの話はこのことか」と得心が行きます。

その他、おすすめ本はこちらをどうぞ。

- 「面白南極料理人(新潮文庫)」
西村淳／著 新潮社 2004.10
- 「料理家ハンターガール奮戦記ージビエの美味しさを知らないあなたへ」
井口和泉／著 朝日新聞出版 2015.2
- 「納豆のはなしー文豪も愛した納豆と日本人の暮らし」
石塚修／著 大修館書店 2016.5
- 「納豆の食文化誌」
横山智／著 農山漁村文化協会 2021.6
- 「幻の黒船カレーを追え」
水野仁輔／著 小学館 2017.8

令和 6 年 3 月

編集・発行:さいたま市立与野図書館

さいたま市中央区下落合 5-11-11

TEL 048-853-7816 FAX 048-857-1946