

〈ふるさとの食卓〉  
**みんな「食べて」大きくなった** ②6

和歌山大学  
 産学連携・研究支援センター  
 湯崎 貞梨子教授

土地から生まれた地元食。地域に百の家庭があれば百の食があり、私たちは何を食べて大きくなったのでしょうか。ブランド化した食ではなく、土地から生まれた食材に育てられた子どもの頃のふるさとの食卓の思い出を添えて家庭のレシピを紹介します。

**肉からおかゆまで**

今回は今夏に行った海外調査地のお話を少し。中国内モンゴル自治区の省都フフホトから車で数時間、調査地のモウス沙地向かう窓外には延々とウモロコシ畑が続き、赤い屋根やレンガ造りの農家が広大な畑地の間に現れる、かと思うと、草原で草をはむ羊の群れや牛。日本人の感覚をとんでもなく超える広さの平原と農地だ。

研究所の料理担当、満都胡(マントホ)さん(55歳)は、私たち大学からの調査隊に毎食、素朴ながら工夫した食事を準備してくれた。内モンゴルの主食ともいわれる羊肉や牛肉は、ダイナミックな骨付きのまま茹でる、煮る、蒸す、焼くなど素朴な料理で毎食登場。キャベツやキュウリなどの少し酸っぱい漬け物料理も毎食出されたが、後を引く美味しさで箸が止まらない。ニンニクが多量に用いられ、ニンニクを生のまま嚼み(かじ)りながら料理をいただくのも現地流だ。学生に人気だったのは、トマトと玉子の

**内蒙古のごはん**

炒めものや細かく刻んだ羊肉と玉子の餡を包み揚げたホーシヨール。蒸し餃子は主食と扱うようで、大きな皿一杯の餃子を皆が競うようにひたすら食べた。豪快な肉料理の一方で、薄黄色のアワがゆも出され、これは見た目も風味も、サラサラとかき込む喉ごしも紀州の茶がゆにそっくり。遠く離れた土地で、日本の食卓につながる不思議な縁を感じる食べものだ。

中国の田舎にも急ピッチで開発は進むが、羊や牛を飼う牧民である満都胡さんの子どもの頃は何を食べてきたのだろう。「朝も昼も夕もトウモロコシの粉で作ったマントウを食べていた」。マントウとは、白く半球形で日本の肉まんのようなが中身は何も入っていない蒸しパンのこと。羊や牛のミルクを飲み、ヨーグルトやチーズがおやつだった。お正月には小麦粉で作ったマントウが出て、それが大好きだったと。



羊肉の煮込み

同じく農村出身の農業大学のチャン教授は「子どもの頃の朝食は、じゃがいも料理とエ

ンバクやアワのおかゆ」とのこと。エンバクは欧米ではオートミールや固い黒パンの原料になるが、内モンゴルでは主として麺に使われる。チャン教授や満都胡さんの子どもの頃には、配給制度のため肉は政府から配られたとのこと、新鮮な肉も子どもには大好物の楽しみであった。

おかゆや芋を主食とし、地元の野菜や動物タンパク源で育った子ども。熊野の食卓にも通じる日常食のルーツを見るようだった。

賑やかに都市化が進む地方都市においても、夕食ともなれば多くの食堂が軒を並べ人々が食事を楽しんでいた。中国は外食大国でもある。しかし、そこで食べる食事は、地域で取れる野菜やきのこ、豆腐、肉を素材に多彩に調理した豊かな食卓だった。若者も子どもも大人も、大地が生んだ地産地消料理を大いなる食欲で楽しんでいた。



アワがゆ

■湯崎貞梨子(ゆざき・まりこ) 和歌山大学 産学連携・研究支援センター 教授

博士(学術)。大阪府立大学人間文化学研究所博士後期課程終了。放送局、広告出版会社、文科科学省産学官連携コーディネーターを経て現在に至る。専門は、農村社会学、地域再生学、内発的発展、食料経済、地域資源、地産地消、女性起業、低炭素化社会などがテーマ。自らが研究するだけでなく、地域と大学が共に成長するプロジェクト研究を企画しマネジメントしている。熊野方面には年間30〜50日は訪問し研究する。



**内モンゴルの家庭料理**

中国北部のオールドス高原の町で訪れた家庭料理レストランでのメニューです。夕食を楽しむ家族連れが毎日楽しむ、日常の食事メニューから紹介します。

■苦菜(にがな)とピーナツの炒めもの  
 苦菜は日本や中国モンゴルに自生する栄養価のある野草。ピーナツとの相性が独特の味わい。



■豚の耳とピーマン、香草炒め  
 こりこりと美味しい一品。



■ぎょうざ鍋

トマトスープと羊肉あんのみぎょうざ、豆腐、レタス、粉条(ふんじょう)、麵片が入った鍋。粉条(ふんじょう)とはデンプンだけを原料としてつくった半透明の麺(春雨)で、太いうどん状の食品。トマトスープがあっさりとかくがあり食が進む。



※内モンゴル料理には亜麻、ひまわり、大豆、ごま、落花生などから採れる、地元産出のヘルシーな油が多量に用いられている。

※次回は9月26日(土)掲載予定