

フィリピン滞在記 ⑧---フィリピン料理は単純だが、奥が深い(1)

為我井輝忠

フィリピンに来てからの日常生活で食べるものは、もちろんフィリピン料理である。時には日本料理や中国料理を食べることがあるが、やはりフィリピン料理がほとんどである。

フィリピン料理は日本にいた時も何度か、また外国を旅した時にも(香港など)食べたことがあり、決して初めてというわけではない。しかし、何と言っても現地で食べるものと外国で食べたものとはかなり違っていて、最初こちらで食べたものが何だか本物ではないような気がしてしまった。日本やフィリピン以外のところで食べたフィリピン料理の方が馴染みやすく、これらの味になじんでしまうと、フィリピンで食べるものが本物でないような気がしてしまった。正に大きな錯覚である。

フィリピン料理と言うと、「シニガン」や「アド

ボ」といった料理が挙げられるが、それはホンの一例で、もっと多種多様である。元々中国人がたくさん住んでいるので、中国料理から取り入れたものや材料も中国風なものが多い。日本料理も少しながらフィリピン料理に取り入れられているものもある。その筆頭は豆腐ではないだろうか。レストランでメニューを見ていると、“Tofu”という文字が目につき、いろいろな料理に使われている。

フィリピン料理のもう一つの特徴は、味付けが濃いことである。暑い国なので保存などを含めてそれなりの濃さが必要なのであろうが、一般的な日本人には何を食べても濃い気がする。スリランカやタイのような国では様々なスパイスが使われているが、フィリピンではあまり使われていない。カレー粉やターメリックのようなものは売られている。実際、チキンカレーなどもレストランのメニューにあり、ライス&カレーを食べることが出来る。しかし、いろいろなスパイスが使われていないせいか味に深みというか変化がない。

この国では、食べ物の味に変化が乏しいような気がする。どの料理にも「カマラシー」というレモンを小さくしたような果実の汁をかけて食べるし、食堂や一般家庭の食卓には唐辛子の入ったヴィネガーが必ず置いてあり、これをかけて食べることが多い。それで、どれを食べても皆同じような味がした。

しかし、フィリピンに来て1年近く経つと、あちこち旅行をして気がついたことは、どの料理も同じような味付けを感じていたものが、微妙な変化があることに気が付くようになった。

同じ食べ物でも地方によって異なるし、使わ



シニガン：魚介類や肉などを具とした酸味のある伝統的なスープ



①ハロハロ：かき氷にココナッツミルクをかけ、さらに果物、アイスクリーム、ゼリーなどを乗せ、それらをすべてハロハロして(混ぜて)食べる。②バロット：孵化寸前のアヒルの卵を茹でたもので、塩を振り食べる。フィリピン人の好物③レチョン・マノック：豚の丸焼きで、内臓を取り出して焼いたもので、祝い事などによく出てくる。

れる材料も少しずつ違っている。例えば、「シニガン・スープ」は魚介類を煮込んだスープであるが、使う材料が違えば味も微妙に違って来る。地方によって使う材料が異なり、しかも、この料理ではビネガーを使うため材料とミックスして酸味の強弱が出てくる。私はこの料理は大好きである。ご飯との相性もよく、ご飯にかけて食べる人が多い。

ご飯と言えば、フィリピンでは実に多種多様な米がある。マーケットで米売り場をのぞいてみると、10種類以上の米がある。その上、紫色の日本の古代米と同じようなものもある。ただこれはルソン島の北部の山岳地帯で栽培されていて、常用しているのもこの地方の人が多くようだ。私が住んでいるサン・フェルナンドでは売られておらず、バギオのマーケットで何度か購入したことがある。こちらの人は普通一日3度の食事に米を必ず食べる人が多い。しかも、概ね私が食べる茶碗一杯分の3倍くらいの量は軽く食べている。ただ、おかずはそんなに多くは食べない。そのうえ、朝10時と午後3時のミリエン

ダと言うおやつにも甘いものをたくさん食べる。こんなに食べるので男女とも中年を過ぎると太った人が多い。

米と同時にパンもよく食べられているが、フィリピンのパンはどうも口に合わない。というのはどんなパンも日本の菓子パンのようなものが多く、どれも甘くて、おやつで食べるようなものばかりである。食事で食べるような堅めのパン、例えば、フランスパンや食パンのようなものはあまりない。サン・フェルナンドに“Danish Baker”というパン屋があるが、ここにはフランスパンやライブレッド等が置いてあり、一応何とか満足いくものがあるので、良くこのパン屋を利用している。ここでは焼き立てのパン(小さな食事用の)が売られていて、常にこれを買求める地元の人でいっぱいである。

私のフィリピンでの食紀行はこれ位であるが、次回はもう少し具体的に料理を紹介したいと思う。特に、中国料理から入ってきたものなども紹介したい。

(続く)