

Aichi University

Lingua



INSTITUTE FOR LANGUAGE EDUCATION, AICHI UNIVERSITY
No.13 December 2018



タイ東北部の料理ナムトック・ムー (น้ำตกหมู) : これを食べるために生まれてきた気がする
(撮影者 : 加納寛、2016年8月26日)

CONTENTS

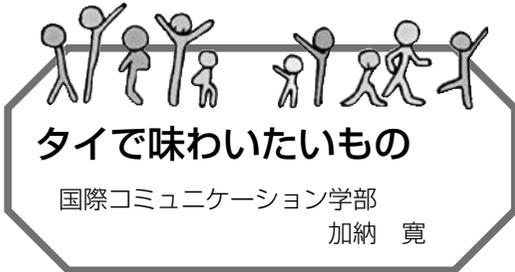
<特集> 「食」 — 世界の食卓をのぞいてみよう

・タイ	国際コミュニケーション学部	加納 寛	2～3
・中国	地域政策学部	荒川 清秀	3～4
	国際コミュニケーション学部	塩山 正純	4～6
・ロシア	経済学部	清水 伸子	6～7
	法学部4年	青木 駿	7～8
・キューバ	国際コミュニケーション学部4年	前澤 瑠奈	8～9
・ドイツ	経営学部	島田 了	9～10
	文学部	鈴木 康志	10～11
・フランス	国際コミュニケーション学部4年	舟橋 里帆	11～12
・中世英国	国際コミュニケーション学部	田本 健一	12～13
・オーストラリア	文学部2年	櫻井 美里	14
・アメリカ	文学部	片岡 邦好	14～16
	経営学部	地村みゆき	16～18
	文学部2年	玉井 明音	18
・カナダ	経営学部2年	林 由真	19

<その他>

・語学教育研究室主催 第6回公開講演会 開催報告	19
2018年度外国語検定試験奨励金のご案内・編集後記	20

「食」—世界の食卓を のぞいてみよう



生まれた時から何でも美味しく感じるたちで(何でも食べられる、どこでも眠れる)、よく言えば幸せ、悪く言えば味音痴である。それでもどこかに行けば、これが食べたい、あれが食べたいということがあるので、タイに行ったときに自分が食べたいものを、ご参考までに紹介しておきたい。

1. スキー

タイに着いた夜は、毎回スキーを食べたくなる。スキーとは、しゃぶしゃぶのような鍋料理である。鍋にドサッと入れた具を、独特のタレにつけて食す。かつては、このタレをスーパーで大量に購入して帰国時に手荷物として大事に持ってきていたが、機内手荷物に液体が持ち込めなくなってから、日本に持ってくるのを断念している。預け荷物に入れておけば問題はないのだが、万が一が割れてタレが荷物に浸透したら目も当てられない(鼻も当てられない)。

「スキー」というのは、実は日本語である。「スキヤキ」から名前が付いたらしいが、



タイでは、Donaldも合掌しているぞ!

ちょっと間違ってしまった感じである。スキヤキとしゃぶしゃぶはちゃうやろ! ただし、世界的に流行した「スキヤキ・ソング」(「上を向いて歩こう」のことね)から命名したという説もあるので、そこまでやっちまってないかもしれない。とも思ったが、そもそも「上を向いて歩こう」を「スキヤキ・ソング」ってのは無理がないか? ホワイ、ワールド・ピーポー!(ちょっと古いか)

タイでは、野菜の摂取が少なくなりがちなので(ベトナムと大きく異なる)、スキーに大量に野菜を投入するのが個人的な好みである。豚の腸のコリコリもタマラナイ! 腸の中に入ったタレが、口の中でチュルっと出てくるのが、モー最高!

2. ナームトック・ムー

実はタイ料理のなかで最も好きなのはコレ。東北タイ料理なので、もち米と一緒に絡めて食べるのが美味しい。「ナームトック」とは滝のことである(「ナーム」は水、「トック」は落ちるので、「ナームトック」は落ちる水)。豚肉を長い時間をかけて炙っていくと、油が滝のごとく落ちることからこの名が付いたという。なんと優雅な名ではないか、と頭では思うが、滝はH₂Oだから爽快でいいんであって、油が降り注ぐのは全然爽快ではないのである… ま、細かいことは気にすまい。豚肉に様々な香草が和えられ、もう香りからして涎が止まらないのであるが(おっと、こっちはナームトックだ!),これが口の中で奏でるハーモニーときたら!

3. プーパットポンカレー

「プー」は蟹、「パット」は炒める、「ポンカレー」はカレー和え。カレーのなかに豪快に炒めた蟹が入っているのを想像してほしい(ごめん、ちょっと違うかも)。日本人も大好きな味である。旅行ガイドブックでも「ソムブーン」という老

舗のこの料理が絶賛されている。このお店は、3年間留学していた大学の近くのタイに滞在できるときは一度は食べに行く。この料理で最も記憶に残っているのは、某海軍基地のクラブで食べた味である。ソフトシェルクラブを使っていたので、カニの殻と格闘せずに美味しく食べられた。もっとも、幼稚園児だった息子は、この料理よりも、これを食べた時（真っ昼間だったが）に上演されていたオカマ・ショーが印象に残っているようである。なんで真っ昼間の海軍基地でオカマ・ショーだったのかは、謎である。

4. センレック・ナムトック

これは、留学中に大学の食堂で毎日食べていた味である。麺をササッと茹でて豚の血を混ぜた黒い汁に絡めて出してくれる。昔は小舟に乗った麺屋さんが商っていたらしいので、学外では「クイティアオ・ルア（舟の麺）」として売られていることが多い。ご丁寧に、店頭に出しているところもある。スープも、つつい最後の一滴まで飲んでしまう（高血圧なのに!）。1杯では足りないが、時間さえあれば何軒かの食堂を梯子して、同じものを注文する。どこで食べても美味しい。



昼の定番、センレック・ナムトック！

5. ドリアン

料理ではないが、これはタイに行ったら、やっぱり食べたい。もっとも、私が最初に食べたドリアンは、石油を食べているような味だった（石油を食べたことがないので、よくわからないが、たぶんあんな味）。しかし、ドリアンの名産地（ノンタブリー県）で食したら、「果物の王様」といわれるのにふさわしい濃厚な甘みと旨みに圧倒され、それからは大ファンになって

いる。匂いはかなりヤヴァイと言われるが、あのうまさを知ってしまうと、苦にならない。ただし、冷蔵庫に入れておくと中身がすべてあの匂いになるので注意。ホテル等は持ち込み禁止になっていることが多い。スーパーで冷やされているものを買ってきて、外で食べてしまうのがよいかも。

名古屋にも、タイ料理の店は多い。愛大名古屋校舎の隣のJICA内にある食堂では、タイ料理も週替わりに提供されている。是非、実際に味わってみたい。いただきたい。



中国では、揚子江を境にそれ以北を北方、それ以南を南方と呼ぶ。本来北は米（大米）、南は面（小麦粉）を主とする。もっとも、今は交流が進み、北でも面食はあるし、南でも米は食べる。わたしは大阪人なので南方人のように面食を好む。ギョーザ、シュウマイ、ショウロンポーは続けて食べても大丈夫。大阪の難波へ行けば、たこ焼き屋をはしごする人間であるから、なんのことはない。しかし、妻は米食を好むので、大陸や台湾を旅行していても、わたしが面食にばかり走ると、抵抗を示す。

中国には地方によって、いろんな特色ある料理がある。南の湖南、河南、四川の料理は“辣”つまり、唐辛子の辛さを効かした料理が多い。これに対し、上海などの料理は甘い。味覚の基本は“辣”と甘さだが、これは人によって好みが変わる。わたしと妻はこの点では一致して“辣”の料理を好む。麻婆豆腐などは本格的には“麻”と“辣”、つまり舌がしびれるような山椒の“麻”と唐辛子の“辣”が混じっていない。なくては行けない。

地方によって量も違う。東北料理は一般に量が多い。大勢で行かないといろんな種類の料理を食べられない。だから、一人ではほぼ入らな

い。しかし、学生にご馳走するにはちょうどいい。これに対し上海料理は量が少ない。東北の人がそんな店に入ると、あまりの少なさに文句をいう。

面食というゴョーザがまず浮かぶが、中国のゴョーザは基本的に「水餃子」である。今では冷凍餃子もあるし専門店も多くなったが、本来は日曜などに家族挙げてみんなで作る。キムチと同様、家庭の味が一番というわけだ。餡はもちろん皮も自分で作る。わたしも昔、中国からの帰国者たちとつきあっていた時代に教えてもらった。学生を家に呼んで何百個とつくった時代もある。そんなときは、妻が餡をしこみ、わたしが皮を粉（強力粉）から作る。皮は丸く伸ばすのに年季がいる。北方の餃子は皮が比較的厚く、中味が多い。これを茹でるわけだが、最後にこの茹で汁を飲めば通である。中国語ではこれを「原湯化原食」と呼ぶ。餃子を茹でたお湯は餃子の消化を助けるというわけだ。

餃子の調理法にもいろいろあって、茹でるのが基本だが、焼いたり、蒸したり、揚げたりする方法もある。餃子の専門店では、「餃子宴」といって、このフルコースを提供しているところもある。

焼売も日本の市販のものとは違って大きめである。北京に「都一処」という老舗があるが、ここの焼売は皮が厚くて好きではない。昔、愛大に来ていた温州出身の劉青然先生がつくった焼売は絶品だった。

面で作ったものといえば、「油条」「油餅」がある。どちらも揚げたもので、前者は細長く、後者はひらべったい。これを豆乳などにつけて食べる。1995年に北京の日本学センターで教えていたころ、中医の先生のところへ通っていたが、その先生は診察前にこの「油条」をよく食べていて、「お前も食べるか」といって薦めてくれたことがある。家で朝ご飯を食べる暇がないので、途中で買って職場で食べたり、通勤途中、お店で食べたりするのである。

「包子」というのも朝からよく食べる。肉が入っていれば肉まんだが、野菜やいろんなものが入っていて安くておいしいものが多い。これだけを食べていれば安くすむが、しばらく食べるとやはり厭きる。

中国の「面条」は日本の「うどん、そうめん、きしめん、スバゲッテイ、そば」などの総称でもある。「湯面」ということばがある。「湯」は湯でなくスープのことで、「スープ面」のこと。それはつまり、中国の面の原型はスープのないうどん—ちょうど伊勢うどんのようなものだとわたしは考えている。ことわざに「送行的餃子、接风的面」というのがある。そのいわれはいろいろあるが、人を送るときには餃子を食べ、人を迎えるときにはうどんを食べるという意味である。わたしは誕生日がお盆で、ここ数年は京都で家族集まって、送り火を見ながら祝ってもらっている。何年も前、一人で北京へ行ったときは、北京の友人がみんな「長寿面」というのを特注して祝ってくれたことがある。これは、一本の面で、途中で切らずに食べるのが流儀である。(実際は不可能だが)

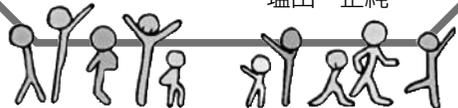
中国人の食生活に関してどうしても話しておかなくてはならないのは、かれらは冷たいもの、生のものを嫌うという点である。さしみは若い人は大胆に食べる人もいるが、苦手だという人は多い。卵かけご飯などは拷問に近いだろう。目玉焼きは基本両面焼きである。水は基本的にわかつて飲むが、最近では冷水、お湯を選べる機械ができていて、冷水には慣れてきているが、日本のように冬にも氷水が出るのは絶えられない人が多い。ビールも基本常温で、夏でも黙っていれば常温のものが出てくる。揚州のレストランでそんなことがあって文句をいいたら氷を持ってきて、これを入れて飲んでくれといわれたことがある。

香港で飲茶を!

中国南方の食文化の粋を愉しむ

国際コミュニケーション学部

塩山 正純



東西南北でバラエティーに富んだ中国の食文化で、南の代表格と言えば広東料理。俗に「广东人有翅膀的除了飞机，有腿的除了板凳，什么都吃（广东人は羽の有るものは飛行機以外、脚

のあるものは腰掛け以外、何でも食べる)”と
言われるように、広東には豊かな食文化が栄え
ていて、愛知大学の前身の一つ東亜同文書院の
学生も当時のフィールドワークの日記に「広東
料理の名は中国第一の名をほしいまゝにする」
と記しています^①。なかでも香港は百数十年の
イギリス統治時代を経験し、1997年の中国返還
後も、東西文化が融合した独自の食文化を発展
させて来ました。今回特に紹介したいのが、そ
の香港の“飲茶”です。



楽しそうなおっちゃん三人組

“飲茶”と言っても、国内で身近にイメージ
できるのはミスの「飲茶」くらいかも知れま
せん。中国の『現代漢語詞典』第七版(2016)
は“飲茶”を“到酒楼、茶楼喝茶、吃点心等、(中略)
是粵港一带流行的生活方式(レストランで茶を
飲み、点心等を食べる(中略)広東・香港一带
に流行する生活スタイル)”と説明し、日本の『明
鏡国語辞典』初版(2003)では「中国で、茶を
飲みながら『点心』を食べる軽い食事」と記さ
れていて、いずれも「飲む・食べる」に重点を
置いています。しかし、私の感覚では、“飲茶”
は、提供されるお茶や点心はもとより、サービ
スや、空間・時間の過ごし方までを言い表した
ことばです。テーブルについて、お茶を注文し、
点心をつまみ、お喋り、新聞、雑誌、スマホ等々、
賑やかな空間で、めいめいが気ままにゆったり
した不思議な時間を過ごす習慣を指すのだと思
います。

洗練された点心を楽しめる高級店やモダンな
店から、点心の見た目はイマイチでも伝統に裏
打ちされた味で勝負する庶民的な店まで、格式
もさまざま。注文スタイルは三つあって、店員
さんに口頭で注文するスタイル、オーダーシー
トに鉛筆で記入するスタイル、そして、点心の
ワゴンがフロアを巡回する伝統的なスタイルが
あります。私なんかは、次は何が来るのだろう

とワクワクしながら過ごす伝統的なワゴン式の
雰囲気や「たまらんなあ」と思うわけですが、
現在ではコスパなどの事情でオーダーシート式
が主流になっています。ワゴン式はもはや消え
ゆく運命にあるのか、香港島、九龍合わせても、
もう数軒しかありません。

数少なくなったワゴン式のお店ですが、私の
イチオシは上環にある『蓮香居』です。そこか
ら中環寄りに数分歩くと本店格の『蓮香樓』が
ありますが、『蓮香居』はその姉妹店として今
世紀になってから開業した比較的新しいお店で
す。それでも、地元民からの愛されっぷりは半
端なく、早朝6時の開店からほどなくして満席
になり、フロアは蜂の巣をつついたような広東
語の喧騒です。但し“飲茶”は午後に売り切れ
と同時に即終了なので要注意です。

私は香港に行くとき必ず早起きして『蓮香居』
に出掛け、時計廻りにまわるワゴンのスタート
地点に近いポジションの確保を目指します。そ
うでないと、自席にワゴンが廻って来たとき人
気の点心はすでに完売、それで好物の“腸粉”
を逃すなんて悔やんでも悔やみきれません。ち
なみに“腸粉”はホルモン系ではなく、見た目
が「腸管」のような形状ゆえの“腸”で、エビ
や肉、チャー
シューを米粉
のぷるんぷる
んの皮で巻い
た点心です。
ワゴン式は、
シュウマイ、
蒸し餃子、鳥
肉の湯葉卷、



塩山の好物、肉の腸粉

チャーシューまん、エッグタルト、広東式カス
テラ、そして“腸粉”、お目当ての一品がいつ
来るのか、ワクワクしながら、ゆったりとお茶
を飲んでウェ
イティング状
態を愉しむの
も醍醐味なの
です。お目当
ての“腸粉”
が来ると思わ
ず心の中で
オーダーシートとえびシューマイ



ガッツポーズ！おばちゃんから点心を受け取る毎に、スタンプを一つ押してもらいます。満足したら、このカードをカウンターへ持っていっ



ワゴンとおばちゃん

てお会計を済ませ、幸せな気分とともにお店を出ます。ちなみに代金はお茶プラス点心四つで大体1,500円から2000円です。

名古屋から香港へは、キャセイ航空と香港エクスプレスが飛んでいます。先日の授業の帰り際、「明日から香港で一す」と言って出かけた学生二名が利用した香港エクスプレスは関空発とは言え、なんと往復16,000円。名古屋発も最安値は20,000円前後。実は名古屋から“飲茶”へのハードルは意外に低いのです。ネットでリーズナブルな切符をこまめにチェックして、香港にエイヤッと飛んで“飲茶”のハシゴを楽しんでみては如何でしょうか。もちろん、この二人の学生にも『蓮香居』を薦めたことは言うまでもありません。翌週の授業で彼女たち曰く「行って来ましたー。店のお薦め、肉の湯葉巻きが美味しかったで一す」とのことでした。

①『東亜同文書院大旅行誌32 大陸遍路 第三十八期生 第三十九期生』pp.300-301。

いいえ！これはロシアの伝統料理です！

経済学部 清水 伸子



1. それ、なに料理？

「お茶」は、英語では【ti:】、フランス語では【te】、ドイツ語では【te:】、中国語や韓国朝鮮語、タイ語では【cha】、ロシア語では【chaj】という音で表される。つまり、世界の言語は、「お茶」を表す語の最初の音が閉鎖音【t】なのか破擦

音【ch】なのかで、大きく二つのグループに分けられるのだが、その理由をご存じだろうか？

これは、「お茶」が、その発祥の地である中国からどういうルートでその地に伝わったのかの違いなのだそうだ。中国から、シルクロード経由をはじめとする陸路で「お茶」が入った地域では、破擦音【ch】で始まり、中国南方から、南インド会社を経由して入った地域では閉鎖音【t】で始まると言われている。

しかし、現在、日本茶を中国茶の一種と考えている日本人はいないし、紅茶を中国茶の一種と考えるヨーロッパ人もいない。

お茶と同じように、世界中、おおよそ同じレシピで作られているが、それぞれの国で伝統料理と認識されている料理が世の中に存在する。

今回は、ボルシチ（赤カブのスープ）やピロシキではなくて、そういうロシア料理を紹介しよう。

2. ペリメニです！ギョーザではありません！

ペリメニ<пельмени>は、小麦粉の皮で肉のパテを包んでゆでてある料理で、どの露和辞典でも「(水) ギョーザ」と訳されている。

学食でも見かける、ごく一般的な料理であり、私も何度か学食や招待された家庭で食べたこ



とがあっただが、私にとってのペリメニは、露和辞典の訳の通り、どこからどう見ても「水餃子」だった。

実は、私は、ペリメニに苦い思い出がある。

ロシアの大学の寮に滞在していた時、親しくなった寮母さんがペリメニ作りに誘ってくれた時のことである。

餃子なら、日本で中国人と一緒に作ったことがあるんだけど、と思いつつも、せっかく誘ってもらったことだし、ロシアならではのレシピもあるかもしれないと考え、ペリメニ作りに参加することにした。

寮母さんは、料理を始める前に、材料と料理手順を説明してくれたのだが、それは中国人と

一緒に餃子を作った時とまったく同じだったので、私は、つい「ああ、作ったことがあります。中国料理ですよ」と言ってしまったのだ。すると、いつも穏やかな表情の寮母さんの眉毛がキッと吊り上がり、「違います！これは、伝統的なロシア家庭料理です！」と叱られてしまったのだった。

その「何をアホなことを言っているのだ！」的勢いに私は少々ビビってしまい、「そうなんですよ。間違えてました。」とモゴモゴ言い訳しながら、『露和辞典にはく水ギョーザ』と書いてあるけど、ロシア人にとっては、ペリメニはペリメニってことなんだ』と認識を新たにした瞬間だった。

3. ペリメニの特徴

さて、そのロシアのペリメニについて、水餃子との違いを強いて挙げるとすれば、ゆでる時の水と食べる時のソースにロシア独特の特徴がある。

まず、ゆでる時の水についてであるが、ペリメニは、かなり強めの塩水でゆでてあるのがふつうだ。最近の減塩健康食に慣れている日本人ならば、ソースは何もつけなくても大丈夫なぐらいだ。

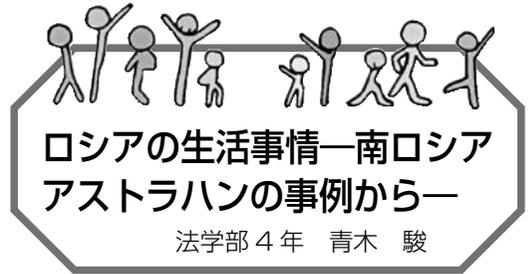
そして、第二に、ソースは、スメタナ《сметана》という乳製品をたっぷりつけて食べるのがロシア式である（注1）。

このスメタナは辞書ではくサワークリーム>と訳されているが、ロシア人いわく、日本のスーパーで売られているサワークリームとは別物だそう、在日ロシア人は、無糖ヨーグルトと生クリームを混ぜて、酸っぱくないヨーグルトといった趣のスメタナの代用品を作っている。

酸っぱくないヨーグルトとの組み合わせは、ラー油入り酢醤油で水餃子を食べる日本人にとって抵抗があるかもしれない。

しかし、ギョーザと錯覚してはいけないのだ。あれは、伝統的なロシア家庭料理のペリメニなのだから！

(注1) ロシア人は、スメタナ以外に、オーロラ・ソースという名前のソースをつけて食べることもある。これは、マヨネーズにケチャップを混ぜたものである。



2017年9月～翌年7月の間、アストラハン国立大学準備学部留学しました。準備学部は学部や大学院へ進学を希望する者にロシア語教育を行う予科のようなものです。現地の寮には学部・院生の他に研修等を目的とする外国人がいました。彼らの主な出身地域は東アジア・旧ソ連諸国・アフリカ・中東・欧州などです。寮には食堂もありましたが野菜不足と単調な食事を避けるために自炊をしていました。

人参入りプロフとミートボール。挽肉入りのブリヌイ。写真外だが白パンもセットに含まれる。



ロシアといえば「金髪・碧眼」「寒い」と想像されるかもしれませんが。実は100を越す民族からなる多民族国家で、夏の南ロシアでは気温が40℃を越すこともあります。この民族・気候の多様性はロシアの食文化にも表れます。主な特徴として塩胡椒・ハーブを用いたシンプルな味付けが多いこと。スープ、前菜やパイの種類が多いこと。保存のきく食材・調理法が多いことなどがあげられます。

左上から時計回りにギョベディヤ（甘い米とレーズンを包んだタタール料理）、グレーチカ（蕎麦の実）、アクローシカ（伝統的な冷製スープ）、エシボシマク（挽肉、玉葱、ジャガイモを包んだタタール料理）。



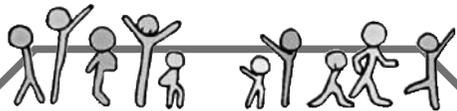
主食の代表格はパンです。ライ麦から作られる「黒パン」が伝統的に食されており、私たち

がイメージする小麦由来のものは「白パン」と呼ばれています。パスタ、米や雑穀もありますが、私はもっぱら「蕎麦の実」を食べていました。日本国内では高値が付きませんが、現地では財布にも体にも優しい食品です。スーパーや市場では日本で見かける主要な食材が購入できます。魚は干物か塩漬けが多いですが、地域によっては生魚もあります。野菜やキノコの中には酢漬け・塩漬けのものもあります。輸入物の食品・製品もあり、日本ほどではないものの冷凍食品もあります。「量り売り」や「食材の目利きが必要」といった違いはありますが、強いこだわりが無ければ生活には困りません。

アジア料理店にて提供される「スシ」。巻き寿司を加工（衣をつけて揚げるなど）したメニューが多く「ロシア寿司」といえるだろう。



地方都市は都会ほど便利ではありませんが、滞在費を安く抑えることができます。本留学期間においてはワールドカップに向けた施策も時期的特性として考慮すべきですが「お役所仕事」や「冷淡な接客」が多数派という印象は受けませんでした。本稿がロシアに興味のある方の参考となれば幸いです。



キューバの食について

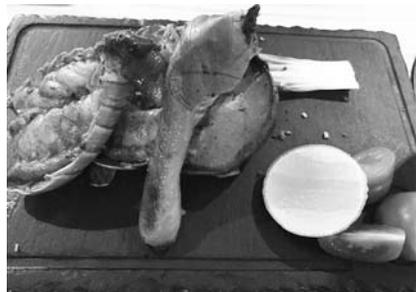
国際コミュニケーション学部 4年
前澤 瑠奈

私は昨年キューバ旅行をしました。キューバは日本人にはあまり馴染みがなく、実際私もキューバに行こうと思ったことがありませんでした。キューバの食事と言われてもこれといってあまり思い浮かばないと思います。そこには普段味わえないようなものがたくさんありました。今回はそんなキューバの食について書こうと思います。

一番印象に残っているのはチョコレートです。有名な観光地であるチョコレート美術館があり、私はチョコレートが大好きなのでみんなで休憩がてら入りました。美術館といっても普通の喫茶店のような場所でした。色々な形の模型のようなチョコレートが売っていてとてもおもしろかったです。キューバはスペイン語が公用語であり、ほぼ知識がない私たちはよくわからず適当に注文しました。結果おそらくペッパーとナツメグの入ったアステカ風のホットチョコが運ばれてきました。それはとても独特で刺激的な味がしました。私は甘いチョコレートが好きだったので一口目はあまりおいしくないと感じましたが、飲むうちにくせになるおいしさでした。チョコレートの粒も変わった味がして今まで食べたことのないような不思議なものでした。



キューバで食べたものの中で一番おいしかったのはロブスターです。せっかくカリブ海に浮かぶ島国に来たのでロブスターは必ず食べようと決めていました。キューバは安くロブスターが食べられる国といわれており、実際1000円ほどでプリプリのおいしいロブスターが食べられました。ロブスターは高級食材でありほかの国で食べようとするとな倍もの値段がするのでかなりお得です。

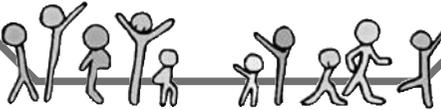


キューバの食事はあまりおいしくないと言われていたので、旅行中の食事を重要視している私にとっては不安でした。実際行ってみると心からおいしいと思えるものはあまりありませんで

したが、珍しいものが食べられたので私は満足しました。この記事を見て少しでもキューバに興味を持ってもらえたら嬉しいです。

ドイツの「食」について

経営学部 島田 了



ドイツの「食」について真っ先に思い浮かぶのは、ワインとビール、そしてソーセージあたりでしょうか。ワインもビールもその歴史は古く、地域ごとの銘柄も豊富で、書くこともふんだんにあります。しかし、おそらくこの文章を読む方の多くが20歳未満でお酒は飲めないこと、また20歳以上の方もみんながお酒を飲むとは限らないことなどを考えますと、それはまたの機会にして、今回はドイツを訪れたら誰もが必ずお世話になるはずの食材であるパンについてお話をすることにしました。

・ドイツパンについて

日本でよく見る食パンは、ドイツでは見ることがほとんどありません。ホテルなどでトーストを食べることはできますが、日本のものに比べて小さくて、薄くカリカリに焼いて食べるのが普通です。街のあちこちにある、ドイツ語で「ベッケライ」と呼ばれるパン屋で買うことができるものは、主にライ麦などをつかったドイツパンと呼ばれるものです。

小麦で作られるパンは、白くふっくらと焼きあがりますが、ライ麦ではそうはいきません。そのためライ麦を小麦と混ぜてパンを作りま



典型的なドイツパン、ライ麦と小麦の配合比率で色が異なる。

す。一般的なライ麦パンと呼ばれるものは様々な比率で小麦と配合されていますが、その比率によって色が変わってきます。ライ麦パンのことを一般的に黒パンと言いますが、ライ麦100パーセントの真っ黒なパンは少数で、普通は50パーセントぐらいでうすい褐色、75パーセントぐらいでもやや色が濃くなるくらいで、見た目はあまり気になりません。ドイツパンを初めて食べた人が気になるのは、その見かけではなく、独特の噛みごたえと風味です。白い小麦のパンと違ってしっかりとした噛みごたえで、かすかな酸味があります。これがドイツパンの特徴なのです。

小麦のパンにはグルテンと呼ばれる成分が豊富に含まれ、パンをふっくらと膨らませるのに役立っています。しかし寒い地域であるドイツでは小麦はぜいたく品でした。ヨーロッパのアルプス以北は、小麦の生産には向いていません。ロシア、ポーランド、北欧、ドイツ、オーストリア、スイスといった国では、小麦ではなくライ麦や燕麦(エンバク)などの生産が中心でした。長い間(19世紀まで!)ドイツでは、白いパンを食べるのは貴族や富裕な商人に限られていました。一般の人たちや貧しい人たちは、寒い地域でも収穫できるライ麦や燕麦などで飢えをしのいでいました。しかしライ麦には、小麦のようにグルテンが含まれていないので、そのまま焼いたのでは柔らかいパンとはならないのです。

そんなライ麦パンをおいしく焼き上げるために人々はいろいろな工夫を凝らしてきました。その一つが通常的小麦パンの酵母とは異なる種類の酵母(サワー種)の利用です。乳酸菌の力を借りて、生地中の炭酸ガスをしっかりと閉じ込め膨らませるのです。これがライ麦パンに独特の酸味の正体です。厳しい環境の中で少しでもおいしいパンを食べるための工夫が詰まったパンです。

こうして焼かれたライ麦パンは、直径が25センチほどで、鏡餅のような厚みのあるまん丸やや細長い楕円の形をしています。食パンに比べて硬く焼きあがったライ麦パンは、1センチぐらいの薄切りにします。これにバターやジャムを塗って、スライスしたハムやソーセージ、チーズをのせて、片側だけのオープンサン

ドイツにして食べるのが一般的です。見た目は武骨ですが、その素朴な味わいが魅力です。

ライ麦パンにはもう一つ、大事な特徴があります。それはライ麦が小麦に比べて、ビタミンB群や食物繊維が多いことです。庶民のパンとされていたライ麦パンが、今は健康に良い食品として知られています。豊かになった今では、朝食には、プレートヒェンと呼ばれる小型の小麦パン、または南ドイツやオーストリアではゼンメルと呼ばれる柔らかい小麦パンが主に食べられるようになりましたが、それ以外の昼食や夕食に食卓に登場するのは、やはり昔からドイツ人の生活を支えてきたライ麦パンなのです。



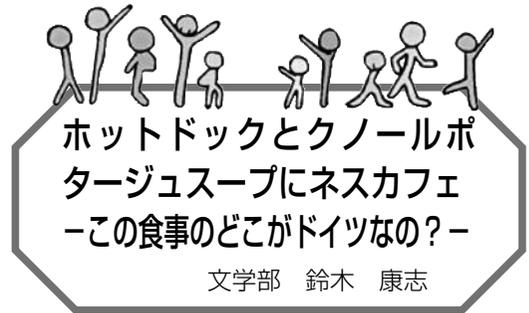
左上：プレートヒェン、中央：ブレツェル、右上：ザルツシュタング

・ライ麦パン以外のパン

ドイツの街角でよく見かけるパンに、ブレツェルと呼ばれるものがあります。「め」の字のような形をしていて、一見ドーナツのようなお菓子に見えますが、小麦と塩と水だけからつくられるパンです。味付けは塩味だけ、内部はふっくらとした生地で、外部は赤茶けた色をしているがその表面はなめらかです。その形と並んで大きな特徴は、表面についた粗塩です。最近、表面の塩は減っているようですが、旅行など移動の途中に売店で買って食べたり、大学の授業の合間にカフェテリアでちょっとつまむといったような軽食にぴったりのパンです。

そのほかにも、塩味のきいた棒状のパン（ザルツシュタング）など、いろいろな形のものがあります。名古屋でもドイツパンを扱うお店がありますので、見つけたらぜひお試しください、きっと気に入っていただけると思います。

参考図書：船田詠子著『パンの文化史』、朝日選書 1998年



豊橋市民大学トラム、愛知大学連携講座「世界の歴史と文化 食べ歩き」の際に「ビール、ジャガイモ、ソーセージ！ うん、でもそれだけじゃないドイツの食文化」というテーマでドイツの食について講演したことがありました。その原稿がそのままになっていましたので、今日はそのさわりの部分だけ簡単に紹介させていただきます。

ドイツ料理といいますが、フランス料理やイタリア料理に比べると、私たちには馴染みが薄いかもかもしれません。フレンチやイタリアンに対応する言葉もありません。普段の生活で「今日はフレンチにしようか？」はわかりますが、「今日はジャーマンにしようか？」と言われてもなんのことかわかりません。本屋さんの料理本コーナーに行きましても、フレンチとイタリアンの本は山ほどありますが、ドイツ料理の本はあまりありません。また言葉からいっても、ox（牛 [Ochse]）、sheep（羊 [Schaf]）、swine（豚 [Schwein]）など家畜や狩猟の言葉がゲルマン系であるのに対して、それに対応するbeef（牛肉）、mutton（羊の肉）、pork（豚肉）など料理用の言葉はラテン語、つまりフランス語、イタリア語系です。ここでもドイツやイギリスのゲルマンはラテンに差を付けられているといえるかもしれません。そのため学生のみなさんにドイツのもの、ドイツに関係するものなにか食べたことある？と聞くと、ビールやソーセージ以外「ありません、知りません」と答えます。ほんとうにそうでしょうか？

例えば「Knorr 賢沢野菜プレミアム ポタージュ」スープがあります。私も冬夜遅く研究室で仕事をしているとき飲むことがあります。クノールのスープはいまスーパーやコンビニなど、どこでも売っていますので、みなさんも飲

まれたことがあると思います。これがドイツとどう関係があるのでしょうか？実はこのKnorrというのはドイツ語、正確にはドイツ人の名前です。^{カール ハインリヒ クノール} Carl Heinrich Knorrは乾燥フルーツなどを扱っていましたが、その息子たちが乾燥スープを生み出すことになります。つまり創業者の名前がブランド名になっています。知らず知らずにドイツのものを口にしているといえるでしょうか？みなさんの中にはKnorrなど飲んだことないという方がみえるかもしれません。ではチョコレートのKit Kat とネスカフェのコーヒーはどうでしょうか。これは食べたり、飲んだりしたことがあると思います。これらがドイツとどう関係しているのでしょうか？どちらも世界トップクラスの食品メーカー、ネスレ(Nestlé)の商品です。しかしこのNestleというのはドイツ語、正確にはシュヴァーベン地方の方言で、「小さな鳥の巣」という意味です。Kit Katでもコーヒーでも鳥の巣の絵がついているのはそのためです。これは1814年にフランクフルトで生まれたドイツ人^{ハインリヒ ネストレ} Heinrich Nestléが作った会社です。ネストレはスイスのフランス語圏、ヴヴェーに行って活躍することになり、名前もハインリヒ・ネストレからフランス語読みのアンリ・ネスレにかえます。ネスレは14人の11番目でしたが、兄弟姉妹たちの多くは成人前に亡くなります。また奥さんがお医者さんの娘であったことも、子どもが死なないようにと世界で初めてベビーフードを開発します。感動



ネスレと彼の乳児用穀粉 (Kindermehl)

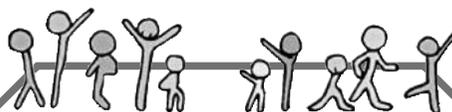
的な話ですが、1867年スイスで、ヴァナー夫人の赤ちゃんジュールは、生後2週間食事を受けつけず、目に見えて弱っていきました。夫人は藁にもすがる思いで、ネスレのベビーフードを試します。するとジュールはこれを食べ、元気になり61歳まで生きることになります。ネスレがこの小さなジュールを救ったように、ジュエ

ルもネスレの人生に転機をもたらしました。このネスレの話し覚えておいてもいいですね？

また、第一次世界大戦の際のドイツ人捕虜が日本に大きな文化を伝えたことはよく知られています。2006年の映画『バルトの楽園』は四国鳴門市外にあった坂東捕虜収容所でのドイツ人捕虜によるベートーベンの第九の初演を扱ったものですが、それ以外にもドイツ人によって食文化が日本にもたらされました。バウムクーヘンを伝えたユーハイムは有名ですが、ヘルマン・ヴォルシュケはハムやソーセージづくりを伝え、1934年のペープ・ルースの来日時に甲子園球場でホットドックを初めて販売しました。名古屋に目をむければ、敷島製粉はドイツ人捕虜ハインリヒ・フロイントリーブをパン職人として招き、製パン業に乗り出しました。つまり普段食べているホットドックや敷島パンもドイツあるいは第一次世界大戦とは無縁ではないのです。

今回はドイツの食文化そのものに触れることができませんでしたが、今私たちが食べているものが、直接的ではなくてもドイツと関わるような意外な歴史があることを知ってもらえればと思います。

**ネスレに関してはヴォルフラム・ヴァイマー著(和泉雅人訳)『ドイツ企業のパイオニア』1996年 大修館書店が参考になります。



新たなフランス料理観

国際コミュニケーション学部4年
舟橋 里帆

フランス料理と聞くと「高級でおいしい」という印象しか私は持たなかった。しかし1カ月間フランスでの語学研修とホームステイを経て、フランス料理の多様性を知った。まず一番フランスで印象深く感じたことは、平日の料理は割と質素という点である。特に朝食はそれが顕著で、研修初日の朝、「フランスの朝食は絶

対に高級感がすごい」とワクワクしていたところ、カップ一杯のたっぷりの紅茶と小さくスライスされたパン2切れのみという全体的に茶色く、量も少ない朝食が出され驚いた。



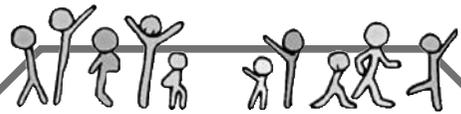
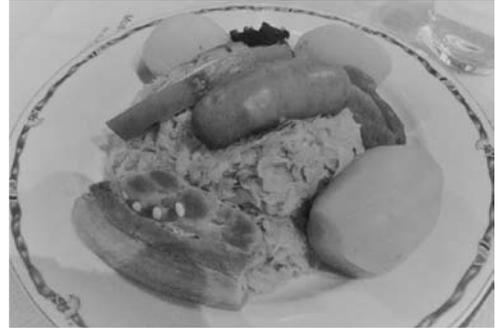
フランス料理だ、と実感がわいたのは、夕飯のときである。日本では食卓に着くとすでにすべての料理が並べてあり、いただきますと言ってから一斉に食べ始めるが、フランスの夕飯はコース料理のように品が順番に出てくる。まずスープが出され、その後にサラダとメインの品、最後にチーズという順序が毎回決まっていた。料理自体は豪華なものではなく、メインの品も例えば焼いたソーセージ一本と茹でたじゃがいもというシンプルなものであったが、2～3段階に分けてテーブルに皿が並べられる行為、また最後に必ずデザートとしてチーズが出てくるころはとてもフランスらしさを感じた。



また今回ストラスブールというドイツとの国境付近にあるアルザス地方の街へ行き、ドイツ色の強いアルザス料理を食べることができた。例えばシュークルートは、丸ごとのじゃがいもとソーセージと肉厚ベーコンに、大量のザウアークラウト（キャベツの酢漬け）が盛り付けられた料理である。

ザウアークラウトは主にドイツで食されるものであり、フランスにはあまりない。しかしア

ルザス地方ではドイツのそういった品も郷土料理の一部として組み込まれていることから、パリのような都会では味わえない地方料理独特の良さを感じることができた。私の頭の中にフランス料理のステレオタイプが根付いていたからこそ、今回の研修で新たな発見をすることができた。



中世英国の食財、料理

国際コミュニケーション学部

田本 健一

ジェフリー・チョーサー（Geoffrey Chaucer, 1340—1400）という詩人がいました。『カンタベリー物語』（1387—1400）で有名な詩人です。ロンドンの陣羽織亭という旅籠に、カンタベリー大聖堂の聖トマス・ア・ベケットのご廟へと向かう31人（チョーサーを含む）の巡礼者が集まりました。彼らは、すべて異なる階級・職業の人たちで、14世紀英国の社会構成が描写されているものと考えられます。宿の亭主は、巡礼の道すがら、お話しのコネクトをやって、一番良いお話をした人には賞品を出しましょうという企画を提案しました。各自の話に入る前に、詩人チョーサーは、858行から成る総序の歌で、参加者一人一人について簡潔に紹介します。

参加者の中に、郷士（Franklin）がいました。その人についてチョーサーは以下のように紹介します。

多血質で血色がよく、朝はパン入りのワインをととても好んでいました。エピキュルスの申し子のように、完全な快樂こそ本当に完全無欠の幸福であると思っていました。この方は土地持ちの大家長で、故郷では厚いもてなしの聖ジュリアン様というところでした。お召し上がるパンもビールも上等のものでした。それほどの上等なワインを倉に貯蔵している人は他にいませんでした。家には、ミートパイや、魚や、肉がいつもいっぱいあって、雪でも降るかのように食べ物や飲み物や、考えられる限り、あらゆる御馳走があふれていました。季節が変わるごとに昼食や夕食のメニューを変えました。鳥小屋にはたくさんの太ったウズラを飼っていましたが、生簀には鯉やかますがたくさん泳いでいました。ソースがピリツときいていなかったり、食器類の準備がととのっていないければ、料理人はとんだことになります。テーブルはいつも広間に備え付けられており、一日中テーブルクロスがかぶせてありました。

最後の箇所で、“テーブルが備え付けられていました”と書かれているのは、来客が多いのでそうした、ということです。中世では普通、テーブルやいすは移動式なのです。来客が多いということ、もてなしがよかったということ、をチョーサーは強調したかったのでしょう。この郷土、つまり Franklin とは、貴族のすぐ下の位である紳士階級 (gentry) に属する地主のことです。つまり、地方の豪族であり、名士なのです。また、この方は治安判事の裁判では議長を務め、州を代表して議会に出たりで、地方行政で大いに活躍しているのです。その方を、チョーサーは、食通で、大いに客をもてなす人として描いています。チョーサーのこのような描き方は現実味を帯びており、个性的特徴が出ていることから、実際にモデルが存在していたのではないかという説があるくらいです。

一行にはギルドに所属する5人の職人(小間物商、大工、織物商、染物屋、家具装飾商)も参加しており、彼らは一人の料理人を帯同して

いました。その料理人のことをチョーサーは以下のように描写しています。

この料理人はロンドン・ビールをぐいと一飲みで利き酒できるほどでした。彼がよく心得ていた料理法は、肉をじか炙りにしたり、煮たり、焼き網で焼いたり、油で揚げたり、さらに、濃いスープを作ったり、パイを上手に焼いたりすることでした。最も得意とする料理はブランクマンジェール (blankmanger) と呼ばれるもので、鳥肉か魚をミンチにしてコメと一緒に煮て、それにクリームや砂糖をかけたものでした。

さて、この料理、現代英語で blancmange (ブラ(ン)マンジュ) という形で残っていますが、中身はかなり違うようです。チョーサーに登場する料理人のブランクマンジェール、食べてみたいと思いますか？

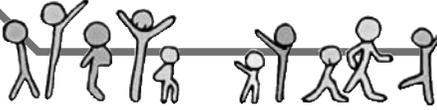
ついでに、ハーブをちょっと考えてみたいと思います。900年以前に英国中部地方で書かれた医学書の写本が大英図書館に現存します。その書物には薬草についての適応症、使用法が延々と綴られています。その中で、レタスを取り上げましょう。学名は *lactuca leporina* (ウサギのチシャ(レタス)) です。*lactuca* はミルクの意味の *lact-* や *lac* と同根でその液のことです。ウサギが夏の猛暑のために疲労してしまったときにこの薬草で治療されるということに由来するというのです。適応症、使用法については次のように書かれています。

Wið feforgende genim þas wýrte lactucam leporinam lege him nýtendum under his pýle he byp gehæled (熱がある者には、この *lactuca leporina* という薬草を、彼に知られないように、枕の下に置きなさい；それで治るでしょう)。

そういえば、lettuce の花言葉は“冷淡”でしたね。

オーストラリアの食文化

文学部 2年 櫻井 美里



私は高校生の時にオーストラリアに3週間留学をしました。留学では英語を学ぶことはもちろん、文化の違いを肌で感じることができました。そんな文化の違いの中で、オーストラリアの食習慣や食べ物について紹介したいと思います。

私は、オーストラリアの食事のメニューは毎日あまり変わらないのかなと思いました。朝はトーストまたはシリアル、お昼はサンドイッチ・ラップが1日おきで変わり、夜はお肉とゆで野菜のワンプレートが基本でした。

下の写真がある日の昼食です。



まず、一番右にあるのがラップです。ラップとは、薄い生地に肉や野菜などの具を入れて巻いて食べるものです。オーストラリアではランチの定番です。左下にあるのがラミネトンというデザートです。スポンジケーキをチョコレートソースでコーティングし、乾燥ココナッツをまぶして作られています。とても美味しいですが、私には半分くらいがちょうど良かったです。そして、私が驚いたのはりんごが丸ごと1個入っていたことです。私は切って皮をむいて食べるので、丸かじりにすることに最初は抵抗がありました。他には、マカロニサラダと Thins のポテトチップスが入っていました。

次に、オーストラリアで有名な食べ物をいくつか紹介したいと思います。1つ目は、ティムタムです。オーストラリアと言えばティムタム

と言うくらい有名なお菓子です。皆さんも日本で見かけたことがあると思います。定番のフレーバーは5種類ですが、むこうのスーパーでは期間限定商品などたくさんのフレーバーが並んでいます。2つ目は、下の写真にあるミートパイです。その名の通り、お肉を使ったパイのことです。外はサクサクしていて、とても美味しいです。



これ以外にも、ベジマイトや先ほど紹介したラミネトンやラップも有名です。

日本との食習慣の違いで驚きや戸惑いもありましたが、他国との文化の違いを知り、新しい発見ができたのでとてもいい経験になりました。



英語圏（アメリカ）の食事

文学部 片岡 邦好

まず最初に disclaimer（というか言い訳？）から始めてしまいますが、「英語圏の食事」というお題のままではこのコラムの手に負えないことは明らかです。世界の至るところに英語圏はありますから、「英語圏の食事」は世界の食事を語ることに等しくなってしまいます。そこで、私が親しみを込めて語れるのはアメリカの食事情ということになりますが、それとてアメリカ全域の郷土料理をカバーすることは到底できません。したがって以下では、最後の一つを除き、ほぼアメリカ全域で食されている一般的なものを取り上げます。アメリカの食事と聞いてまず日本人が思い浮かぶのは、BBQとかハンバーガーだと思いますが、今回はあえてそういったステレオタイプは除外し、しかしそれでも多くの家庭の味となっている料理をいくつかご紹介します。

最初は何といってもチキンスープ (chicken soup) でしょうか。これはアメリカ版おふくろの味といった位置づけで、家庭毎にレシピがあるとと言っても過言ではありません。文字通り、チキンさえ入っていれば他の材料は何でもよく、まあ日本の味噌汁のようなものです。具材はニンジン、タマネギ、ジャガイモ、パスタなどなど、あとは気分がOKです。子供が風邪をひくとお母さんが (とは限りませんが) 作ってくれる料理の定番です。“Chicken soup” を英語で検索すると “hearty” という形容詞が良く付いていますが、これは「心のこもった」という意味だけでなく「具だくさんの」というニュアンスです (ちなみに、“have a hearty meal” という「腹いっぱい食べる」という意味です)。

マカロニ&チーズ (略して Mac'n cheese) は最近日本でも多少知られるようになりましたが、これも読んで字のごとく、茹でたマカロニにチーズソースを絡め、オーブンで焼くだけのシンプルな料理です。もちろん他の具材を入れてもかまいませんし、焼かずにそのまま食べる人もたくさんいます。もともとはイタリアの料理ですが、14世紀にはイギリスの料理本に調理方法が記載されているそうです。栄養たっぷり、子供の大好物で、学食の定番です。ポケモンのキャラクターをかたどったパスタ入りのものなどもあります (図1)。

次はピーナツバター・サンドイッチ (peanut butter (and jelly) sandwich) とリンゴ (apple) です。日本の手の込んだキャラ弁などと比べてしまうと、「これが弁当?」と思うかもしれませんが、小学校や中学校のランチをこれで済ませている生徒はけっこういます (最初は衝撃的でした)。また、ピーナツバターの他に、ジャム (アメリカでは jelly) を塗り重ねたり、バナナなどのスライスしたフルーツを挟んだりしますが、ピーナツバターは欠かせません。私も大学院生の頃は、このランチで済ませていた時期があります。さすがにそれだけでは栄養のバランスが



図1

悪いのでリンゴを持って来たりします。英米には、*An apple a day keeps the doctor away.* (1日にリンゴ1個で医者いらず) という諺があるように、昔から健康食品の一つと信じられてきました。最近の父母の中には健康志向の人も多いので、そういう人は人参とキュウリのスティック (Cucumber and carrot sticks) (図2) とマヨネーズのディップを持たせたりします。これが「キュウリ」というところがミソで、アメリカではセロリがとても安いのですが、やはり子供には不人気です。



図2

そして多くの子供たち (そして大人も) が朝食としてよく食べるのがシリアル (Cereal) です。ファミリー向けの映画などでも、朝食によくこれを食べていますね。いわゆるコーンフレークやオートミール、最近日本でも人気が出てきたグラノーラやミューズリーなどの、全粒穀物を砕いて固めたものです。そのままではあまりおいしくないで、ナッツやフルーツを加えたり、ハチミツをかけたりします。それにミルクをぶっかけて食べるわけです。以前は健康食品として推奨されましたが、子供向けのシリアルはカラフルに着色し砂糖でまぶされたものも多く、カロリー過多の食品として警鐘が鳴らされています。これも個人的な思い出ですが、留学当初はこのお手軽で滋養豊富な (と言われていた) シリアルにはまってしまい、Basic 4 という銘柄のシリアルを好んで食べていた時期がありました。最近では日本でもグラノーラが良く売れているようですが、これも生活スタイルのアメリカ化の反映と言えるでしょう。

最後に、私がかつて住んでいた米国アリゾナ州由来のメキシコ料理、チミチャンガ (Chimichanga) をご紹介しましょう (図3)。いわゆるブリトー (小麦粉でできたトルティーヤという「皮」にいろいろな具材をのせて巻いた料理) を油で揚げた料理です。ヒスパニック系住民は今やアフリカ系住民を抜いてアメリカ第2の民族集団であり、ほぼ全国にメキシコ



図3

料理店がありますが、普通のメキシコ料理店でチミチャンガを見かけることはまずありません。その起源は諸説ありますが、アリゾナ州のピマ郡あたりで生まれたことは確かなようです(Wikipedia)。ブリトーだけでもおいしいのですが、揚げることで香ばしさと濃密さが一層際立ちます。日本ではメキシコ料理店でさえあまり見かけませんが、仮にあってチミチャンガをメニューに入れている店には未だ出会ったことがありません。もしもどこかで見かけたらぜひ教えてもらいたいものです。

今回は(チミチャンガを除き)一般家庭の定番料理をいくつかご紹介しました。これらをアメリカの典型的な食事と言っては一部の人から異論が出そうですが、日本人の一般食が実は寿司や天ぷらなどではなく、みそ汁やおにぎりだったりするのと同様、むしろ本当に身近な食事と言えるでしょう。

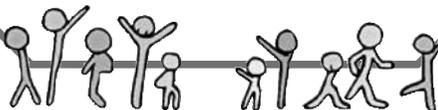
参考：

本間 千枝子 (2004)『世界の食文化〈12〉アメリカ』農山漁村文化協会

<https://en.wikipedia.org/wiki/Chimichanga>

米国先住民のソウル・フード：フライブレッド

経営学部 地村みゆき



米国先住民のソウル・フードは何かと聞かれたら、私はまずフライブレッド (frybread) を挙げるだろう。フライブレッドは米国南西部、

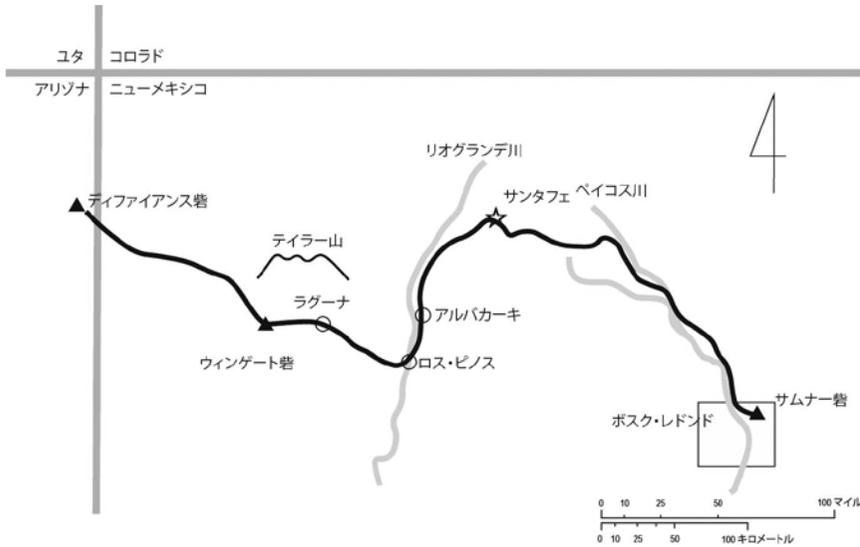
アリゾナ州北部からユタ州、ニューメキシコ州をまたがる広大な土地を保留地¹に持つナバホ族が生み出した食べ物であるが、今や他の先住民集団にも広く受け入れられ、食されている。さまざまな部族出身者が集う、歌と踊りのお祭りイベントであるパウワウ (powwow) やフリーマーケットの屋台で売られているし、家庭でも日常的に作られている。家庭ごとにレシピが違い、そこには代々受け継がれる「母の味」「祖母の味」がある²。

フライブレッドは日本語では「揚げパン」だが、「揚げパン」と聞いて私たちが想像するようなカレーパンの類ではない。メキシコ料理のタコス等に使われるトルティーヤの生地を揚げたものを想像してほしい。必要な材料は、主に小麦粉と水と塩とベーキングパウダー、そして油³である。まず、油以外の材料をボウルに入れ、混ぜて生地を作る。その生地を十分に寝かせてから、1枚分を丸く伸ばす。それから、鉄のスキレットに油を溶かし、生地を入れて揚げる。両面が黄金色に揚がったら油を切り、お皿にのせていただく⁴。食事にするなら、細かく刻んだレタスとトマト、味付けして炒めたミンチ肉かチリビーンズ、シュレッドチーズをのせて食べるナバホ・タコスも良い。ナバホ族に伝統的に伝わるマトン・シチュー(羊肉と野菜を水で煮たもの)と一緒に頂くのも美味しい。おやつにするなら、粉砂糖やはちみつをかけるのも良い。私のおすすめはナバホ・タコスである。半分に折って、大きな口で豪快に食べたい。

フライブレッドの起源は約150年前、白人の領土拡張に伴い起こったナバホ族の強制移住ま



ナバホ・タコス(「インディアン・タコス」とも呼ばれる)



ナバホ族の強制移住の道のり

でさかのぼる⁵。1864年から1866年まで、ナバホの人々は故郷を追われ、東に約640kmも離れたボスク・レドンド (Bosque Redondo) への移住を強いられた⁶。そこでの生活はひどいものであった。不毛の砂漠地帯に位置するボスク・レドンドでは、彼らが日常的に食していた豆などの主食を育てることも容易でなかったという。飢えに苦しむ人々を前に、米国政府は小麦粉、砂糖、ラード等の食材を配給した。それらの安価な配給品を活用する中で生まれたのがフライブレッドだった。要するに、フライブレッドは、苦境に見舞われたナバホの人々が「生き残ろう」と奮闘する中で生み出した食べ物だったのである。

その結果、フライブレッドは今、先住民の食文化の一つとして根付いている。アリゾナ州フェニックスには先住民が経営するフライブレッド専門のレストランもあるくらいだ。しかし、その普及を素直に喜ぶわけにはいかない現状もある。それは、フライブレッドが先住民間の肥満と糖尿病の蔓延に一役買っているという問題だ。フライブレッドの糖質、脂質、カロリーはともに高い。大きめの紙皿1枚分がなんと700kcalあり、脂質は25gあるそうだ⁷。それに粉砂糖や肉やチーズを加えたら、摂取カロリーはさらに増えることになる。先住民の二型糖尿病への罹患率は高く、その発症年齢は他の人々よりも10年も早いことが明らかになってい

る⁸。苦境の中で生まれたサバイバルの象徴が、今度は健康問題の一因となり、彼らを苦しめているのだ⁹。

私は高校時代の1年間にナバホ族の保留地で過ごした。ホストファミリーと共にフライブレッドを食し、作り方を伝授してもらい、その虜になって帰国した。そのせいかどうかは不明だが、帰国後体重を計ったらなんと8kgも増量していた。

それから15年後のある夏、再びホストファミリーの家に滞在する機会があった。その際、食卓にあがったのは、やはりフライブレッドとマトン・シチューであった。フライブレッドは先住民のソウル・フードの1つであり、私にとって忘れられない思い出の味でもある。

- 1) 保留地とは、西洋人の植民および領土拡張の過程において、先住民集団の居住のために指定された区域であり、一定の連邦規制下で先住民が自治を行っている。なお、先住民の全てが保留地に住んでいるというわけではない。詳しくは阿部珠理編著『アメリカ先住民を知るための62章』明石書店(2016年)を参照。
- 2) Dana Vantrease, "Commod Bods and Frybread Power: Government Food Aid in American Culture," *Journal of American Folklore* 126, no. 499 (Winter 2013), 59.
- 3) ラードかクリスコ (Crisco) という植物油がよく使われる。
- 4) "Frybread Recipe," *Smithsonian Magazine* (July 2008), <https://www.smithsonianmag.com/arts-culture/frybread-recipe-83848/>
- 5) 起源に関しては諸説あり、1940年代に作られ始めたとする説もある。Devon Mihesuah, "Indigenous Health Initiatives, Frybread, and the Marketing of Nontraditional 'Traditional' American Indian Foods," *Native American and Indigenous Studies* 3, no. 2 (2016), 48.
- 6) ナバホの人々はその距離を歩いて移動し、道

中および収容先で多くの命が失われた。それら一連の強制移住はロング・ウォークと呼ばれ、ナバホの人々はボスク・レドンドおよびサムナー砦を“Hwéeldi”、「苦難の地」と呼ぶ。

- 7) Jen Miller, “Frybread,” *Smithsonian Magazine* (July 2008), <https://www.smithsonianmag.com/arts-culture/frybread-79191/>
- 8) Angie Wagner, “Icon or Hazard? The Great Debate over Fry Bread,” *Associated Press*, August 21, 2005.
- 9) 最近では、これらの配給品から生みだされた不健康な食物を積極的に「食べない」ことで西洋人の植民地支配からの脱却を狙う動きもある。Andrea Smith, “Decolonization in Unexpected Places: Native Evangelicalism and the Rearticulation of Mission,” *American Quarterly* 62, no.3 (September 2010), 587.

Big size in America!!

文学部2年 玉井 明音



担任の先生に薦められてアメリカへの短期留学を決めた高校2年生の夏。私は何もかもがビッグサイズというアメリカの勝手なイメージを持ちながら、本当にそうなのか見てみたいというワクワク感を胸に日本を後にしました。

今回はそんなビッグな期待を裏切らなかった「食」について私が体験したことを書きたいと思います。



私は日本人とパキスタン人の生徒たちと約2週間、キャンパス内にある寮で生活を共にしました。ほとんどの時間をシェアし、英語を通して異文化を理解する勉強をしました。1日の中で

最も楽しかった時間は、食事でした。

私を含め、みんなアメリカに来るのは初めてだったので全てにおいて驚きの連続でした。その中で私が特に驚いたことはビッグだけでなく、カフェテリアに置いてある「ソースの種類」と「シリアルの種類」でした。朝食と昼食は毎日学校のカフェテリアで食べたのですが、ハンバーガーやホットドッグ用のケチャップ類のソースが約10種類ほどあり、選ぶだけでも迷い過ぎて時間がかかってしまいました。



シリアルも砂糖の有無から、グラノーラやピンクやパープル、グリーンなどカラフルな色の付いたシリアルまでありました。シリアルにかけるミルクも低脂肪のミルクや豆乳など、本当にたくさんの種類がありました。

カフェテリアでのご飯は、朝昼で多少変わりますが、基本はハンバーガー、ポテトといったオーソドックスなスタイルでした。

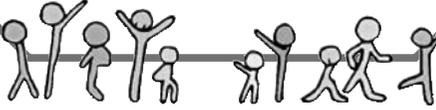
夕食時はみんなで、学校近くのサンドイッチ屋やレストラン、スーパーマーケットに行きました。サンドイッチ屋のようなファストフード店等のドリンクはMサイズを頼んだつもりなのに、自分の顔のサイズよりはるかに大きな入れ物に入って出てきたので驚きました。「これがアメリカンサイズかっ！」と身をもって感じました。スーパーに売っている飲み物やお菓子は、日本では絶対に見かけないほどの大きさでした。

アメリカンサイズを実感できた体験となりました。



一週間で感じられた カナダの食文化

経営学部 2年 林 由真



昨年、カナダの冬のピークである2月、私は初めて単身での海外旅行にトロントに行きました。予てより欧米文化に興味のあった私は、様々なことを感じることができました。その中でも、食についてはとても多くのカルチャーショックがありました。

まず初めに、私が紹介したい食のカルチャーショックは、ラーメンです。日本のラーメンは海外でもやはり評判らしくお店がちらほらと立っていました。私は2つの店舗で日本のラーメンをうたう料理を食べましたが、ひとつはとても美味しくもう一つはとても口に合いませんでした。見た目は、普通のラーメンでしたが味がとても日本のラーメンと言えるものではありませんでした。また、アタリの方のラーメン屋は、ラーメンバーというコンセプトのお店で店内に数多くの酒瓶が並べられていました。一見、ラーメン屋さんには見えず若者が好むおしゃれな居酒屋というように見受けられました。味は、しっかり美味しい豚骨でした。次に、ハンバーガーショップです。日本でも人気のマクドナルドも、日本とは違う点を有していました。中で

も一番印象的であったのが、ドリンクのシステムです。普通に日本でのようにドリンクを注文するとコップを渡され、その後はドリンクバー状態でした。さすが欧米、と感じました。また、日本でハンバーガーといえばファストフードという認識が第一だと思いますが、カナダの観光名所CNtowerの近くで私が入ったお店は、ハンバーガーレストランといった感じでした。店内



はとても広く、インテリアは高そうなものが沢山。文庫本くらいの厚さのチーズがパーティに挟まれており、時々ウエイターがお飲物は足りていますかと、訊きにきてくださるという調子でした。他にも、チップを請求してくるクレジット決済端末機や、慣れない日本語で“いらっしゃいませ”と出迎えてくれる日本食レストランなど面白いことが沢山ありました。

全てが新鮮で、とても面白い一週間でした。日本にはない食文化の良さがたくさん存在していました。また、日本食の素晴らしさを再認識できる良い機会でした。次は、また他の国に行き、今回とは違うカルチャーショックを受けたいです。

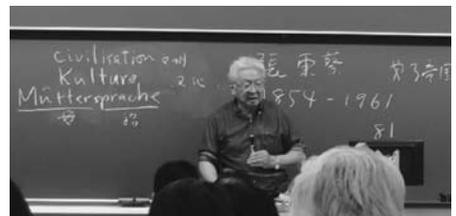
語学教育研究室主催 第6回公開講演会が開催されました

2018年10月20日（土）

14：00～16：00 名古屋校舎 L804 教室

講師：田中克彦先生（一橋大学名誉教授）

「言語の特質は、その言語共同体の文化や政治に
どのように反映されるか」



語学教育研究室では毎年秋学期に講師の先生をお招きして、一般の方々や学生の皆さんに向けた公開講演会を行っております。

来年度も開催予定ですので、ぜひ一度足を運んでみてください！

2018年度 外国語検定試験奨励金のご案内

言語	名古屋校舎		豊橋校舎	
	試験名称	基準	試験名称	基準
英語	実用英語技能検定（英検）	準1級以上	実用英語技能検定（英検）	2級以上
	TOEIC	650点以上	TOEIC	530点以上
	TOEIC S/W	130点以上	TOEIC IP	①750点以上 ②前年比100点以上
	TOEFL iBT	50点以上	TOEFL iBT	50点以上
	IELTS	4以上		
	国際連合公用語英語検定（国連英検）	B級以上		
	ビジネス通訳検定（TOBIS）	3級以上		
	日商ビジネス英語検定	3級以上		
	通訳案内士（通訳ガイド）	合格		
ドイツ語	ドイツ語技能検定（独検）	4級以上	ドイツ語技能検定（独検）	4級以上
フランス語	実用フランス語技能検定（仏検）	4級以上	実用フランス語技能検定（仏検）	4級以上
	DELFL・DALF	A1以上	DELFL・DALF	A1以上
	TCF	100点以上	TCF	100点以上
中国語	中国語検定	4級以上	中国語検定	4級以上
	新HSK	3級以上	新HSK	3級以上
ロシア語	ロシア語能力検定	4級以上	ロシア語能力検定	4級以上
韓国・朝鮮語	ハングル能力検定	4級以上	ハングル能力検定	4級以上
	韓国語能力	2級以上	韓国語能力	2級以上
タイ語	実用タイ語検定	3級以上		
日本語	日本語能力（JLPT）	N1級	日本語能力（JLPT）	N1級
	BJT ビジネス日本語能力テスト	460点以上	BJT ビジネス日本語能力テスト	460点以上

☆中国語は現代中国学部を除きます

受付期間 名古屋校舎 2019年1月31日まで

豊橋校舎 2019年2月21日まで

詳細は所属校舎の語学教育研究室にて確認してください。

奨励対象者 学部学生・短大生（協定留学生・大学院生・オープンカレッジ生等は除きます）



〈編集後記〉

Lingua では毎号さまざまな特集を組んでいますが、今号は各国の食事・食文化・食の歴史について先生方や学生の皆さんから句の話題をお寄せいただきました。どの寄稿文も、ガイドブックには載っていない、忌憚なき本場の最新食事情ばかり。タイの「ナムトック・ムー」やロシアの「ペリメニ」など、耳慣れない料理名に好奇心を駆り立てられること間違い無しです！ぜひ13号を読みながら、世界の食卓へ思いを馳せていただければ幸いです。

（関 未玲）