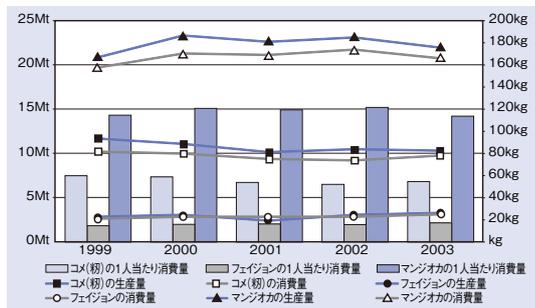


図1 ブラジルのコメ(粳)、フェイジョン、マンジオカの生産量と消費量



(出所) 図1, 2ともにFAOSTAT (<http://faostat.fao.org/> 2008年11月19日閲覧)のデータをもとに筆者作成。

(注) 生産量と消費量の数値(年間)は左軸、1人当たりの消費量(年間)の数値は右軸で、1人当たり消費量はFAOによる概算(図2も同じ)。マンジオカの消費量は澱粉質根菜と乾燥根菜・塊茎を含む。



ブラジル人は何を食べているのか？

近田亮平

本稿では、近年、食糧大国として注目されるブラジルで、人々が主にどのような食べ物をどのように食し、それらをどのように調達しているのかを紹介する。そしてこれらを踏まえ、二〇〇八年に顕著化した世界的な食糧不足の影響を最後にまとめる。

●何を食べているのか

ブラジルでは朝はほぼパン食であり、パスタの需要も近年増加傾向にあるが、同国の主食といえはコメとフェイジョンだといえよう。これら二つの食品は、日本食で例えると「ご飯と味噌汁」のような存在であり、ほとんどの人が一日に一回は口にする食べ物である。なお、フェイジョンとはインゲン豆のことで、茶色のものが一般的だが種類によって色は異なり、ほぼ白や黒い色をしたものもある。そして、コメとフェイジョンにマンジオカと肉が加えられ、さらにサラダ類が添えられると、ブラジルの一般的な食卓の準備が整うことになる。なお、マンジオカとは日本語でキャッサバと呼ばれるイモである。

●どのように食べているのか

次に、これらの食品の食べ方を紹介する。コメは炊飯器で炊く日本と異なり、ブラジルでは塩や油を加え鍋で調理するのが一般的である。フェイジョンは、ニンニクやタマネギなどと一緒に圧力鍋で煮込み、コメにかけて食べるため、日本人には一見「お汁粉をかけたご飯」のように見えなくもない(写真)。しかし、砂糖は入れないため甘くはなく、安価ながら栄養価の高い一品である。なお、フェイジョンの種類や味付けなどは地方や家庭により異なり、この点も日本の味噌汁に似ている。また黒いフェイジョンはフェイジョアードと呼ばれるブラジルの代表的な料理に使われる。同料理は黒いフェイジョンを干し肉や筋肉、腸詰などのほか豚の足や耳、尻尾といった部位と一緒に煮込む料理で、植民地時代の奴隷の食生活を起源とする説が一般的である。マンジオカは、乾燥させ粉にしたものをフェイジョンの上にかけて、コメと一緒に混ぜて食べるのが一般的で、小さく刻んだ肉や野菜などを混ぜることもある。また、そ

のまま茹でたり揚げたりしておかずや主食として食したり、他の食材と一緒に煮込む料理に使ったりもする。さらに、マンジオカの澱粉はタピオカと呼ばれ、最近、日本でも市販されているチーズ・パンをはじめ様々な料理に使われるほか、ブラジルで人気のあるコロッケの生地にマンジオカを使う地方もあるなど、その用途は多様である。肉に関しては様々な食べ方があるが、ブラジル版バーベキューであるシユラスコが有名である。日本でも見かけるようになったシユラスコ・レストランでは、店内を歩き回るウェイターが持つ串刺しの肉の塊から、客が食べたい種類や部分を食べたいだけ皿に盛って食べるという、まさに「肉を主食」としたスタイルとなっている。しかしブラジルは、日本の約二三倍もの広大な国土に多様な民族が暮らす国である。南部には肉類を多く食べるドイツなどのヨーロッパ系、人種と民族の坩堝である南東部にはパスタを持ち込んだイタリア系や、ブラジルにおける野菜の普及に貢献した日系などのアジア系、北東部にはアフリカ系が多く居住している。したがって、本稿で

