

コートジボワール
——多彩な「ソース」の魅力——

佐藤 章

日本から長距離便をのりつぎ、丸一日かかって西アフリカのコートジボワールにつく。熱帯の蒸し暑い風のにり、ちょうど夕飯時とあって、炊事の炭火の香りがあちこちからただよってくる。そのかぐわしい香りが空腹をさそい、この国のおいしい食事のことが思い出される。滞在への期待ががぜん高まる瞬間である。

コートジボワール料理の楽しみは、なんといっても「ソース」だ。これは公用語のフランス語の単語で、日本で「トマトソース」というときのソースのことだが、具体的には、野菜や油脂植物をベースに、肉や魚介類などの具材を入れた煮込み料理であり、日本語でいうならむしろ「シチュー」がぴったりである。家庭でも、街角でも、広く食べられる日常食の代表的メニューだ。炊いた白米（長粒米）、キャッサバから作るクスクスのようなアチャケ、ヤムイモを丹念に搗いて餅にしたフトゥーなどの、お好みの炭水化物にかけたり、混ぜたりして食する。

代表的なソースが、アブラヤシの実を使った「ソース・グレーン」である。「グレーン」はフランス語で「実」を意味する。日本では、アブラヤシは一般に「パーム」として知られ、実から搾った油が食用油やせっけんなどに活用されているが、実物を見る機会はまれだ。これは、ずんぐりした大木に、プラムほどのサイズの実が房をなして実るのである。西アフリカは原産地で、古くからその食生活に実と樹液（これを発酵させたものがヤシ酒である）が取り入れられてきた。

「ソース・グレーン」は、赤褐色に完熟した実の果肉をすりつぶし、タマネギやトマト、鶏やワタリガニなどの食材とともに煮込んだ一品である。みるからに旨味たっぷりの、こなれた褐色の汁に、鮮やかな赤色の油が浮かぶ。この赤はアブラヤシの実に含まれる色素に由来するもので、この料理のあかしともいえる。口に運ぶと特有の風味と濃厚なコクが口にひろがる。

このほかには、ピーナツペーストをベースにしたソースもコートジボワール料理の定番だ。落花生は植民地期に導入され、西アフリカの今日の食生活に深く

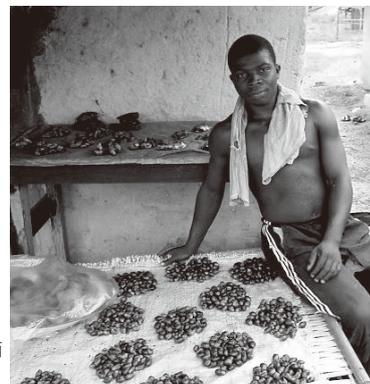
浸透している。また、日本でもおなじみのオクラは、西アフリカで古くから食べられている野菜で、ソースの主演でもある。刻んだ生オクラを使ったものはラタトゥイユのようなフレッシュなソースになり、乾燥させたオクラの粉を加えたものは、あたかも納豆のような細い糸を引く、滋味あるソースとなる。

森と海に恵まれたコートジボワールは食材が豊富だ。ソースの具には鶏、ウシ、白身魚、エビ、カニなど日本でも身近な食材が広く登場する。ヤギは一部の地域でとくに好まれ、煮込みには皮付き肉が使われる。

野生動物の利用もある。こぶし大もある巨大カツムリのアフリカマイマイは、そこいらに普通に生息しており、「地元産エスカルゴ」としてよく食べられている。ほっそりしたカピバラといった趣のある森林ネズミの「アグチ」は、その締まった赤身の肉が森林地帯で珍重されている。初訪問の外国人が、コートジボワールを代表するジビエだから一度は食べてみるようにとイチオシされる食材でもある。

おもだったソースをひとつとお食い食べ終えるころには、短い滞在も終わりとなる。日本にもアフリカ料理店があるが、あちこちにあるわけではなく、残念ながらソースは気軽に楽しめるものではない。

ところが、今回、インターネットで調べ物をしてみて、コートジボワールの各種ソースの調理方法が動画投稿サイトにいくつもアップされているのを知った。これらの料理を発信しようとする投稿者の熱意は胸を打つものがあつた。視聴者のなかには、私がそうであったように、あの土地のあの一皿を懐かしく思い出した人がたくさんいるに違いない。材料揃えは大変かもしれないが、自分で作ってみるという手があることに改めて気づいて、ちょっとやる気を出している。（さとう あきら／アジア経済研究所 地域研究センター）



アブラヤシの実を売る露天商
(ギグロ近郊にて、筆者撮影)