

一喜一憂

No.14

「一喜一憂」

「状況の変化」に喜んだり、心配したりすること

藤屋 侃士

(下松市幸ヶ丘)

家庭菜園の野菜たち

夏の庭は草取りが追いつかない。そんな庭の片隅の家庭菜園での収穫が、日々の食卓に彩りを添えてくれる。

キュウリ、オクラ、ミニトマト、バジル、シソ。それに友人が苗を持ってきてくれたバ

イヤムが加わった。このバイヤム、ヒュ

ナ、ジャワホウレンソウとも呼ばれ、熱帯ア

ジアが原産で、中国や東南アジアではよく食べられている野菜だ。背丈が高くなっ



バイアム

ぬ形をしていた。しかし、もぎたては瑞々しく、独特の青くささもあつて味は良かった。

元氣よく生育を続けているのはミニトマト。昨年のこぼれ種からの野良トマトも含め、4本が所狭しと枝を伸ばしている。

ミニトマトは花が咲いてから赤い実になるまで1カ月以上かかる。房にたわわに実を付けているが、なかなか赤くならない。赤くなった実から、ボツボツ収穫しているが、1日4個収穫できれば、上出来である。

世界で最も食べられている野菜はトマトだ。そうだ。水煮の缶詰、ジュース、ケチャップなどに加工された状態で食べられることが多いことも影響している。トマトは南アメリカ

だが、現在、最も食べられている地域は、中東や北アフリカ

で、トルコ、エジプト、リビアといった国々では、年間1人当たり、90キ

平均は約20キで、日本は9キという



家庭菜園のキュウリ(下)

のだから、驚きの量である。トマト料理とい

うとイタリヤやスペインというイメージが強かったが、40キ程度というのは意外だった。

トルコやパレスチナを旅した時の食事を思い出すと、朝食には必

ず、薄切りにしたトマトがついていたし、トマトとキュウリのサラダは毎食のように出ていた。トマト味で煮込んだ料理も多かった

し、串に肉を刺して焼いたケバブには、串焼



ミニトマト