



世界の食文化を楽しむ

「パレスチナの「マクルーベ」」

世界各地を旅した時の一つの楽しみは、その国の伝統的食文化に接することだった。思いつくままに列挙すると

- スペインのパエリア
- ウクライナやロシアのボルシチ
- 中国の北京ダック
- トルコのケバブ
- イタリアのピザやスパゲッティ

○フランスのクレープ
○韓国のブルコギ
○日本の寿司などである。

その食文化と共に、色々な文化を垣間見るのも楽しい。先日、友人夫婦が私の80歳、運転免許証返納を祝って鍋料理をご馳走してくれた。日本の伝統食を、車の送迎つきで祝ってくれ

るなんて、この年齢になつて本当に有難いことである。

そこで、長い間パレスチナに住み、料理上手な長女が帰宅した時、パレスチナの伝統料理「マクルーベ」を振る舞うことにした。パレスチナの炊き込みご飯「マクルーベ」。

骨つき肉でスープを取り、香辛料と塩で味をつける。

油で揚げたカリフラワー、にんじん、じゃがいもで旨味を引き出し、そのカリフラワーとスープで取った肉を大鍋に敷きつめて炊き込む。炊き上がると鍋を大皿にひっくり返す。このひっくり返すという動作を「アラビア語」で、「マクルーベ」というので、これがマクルーベの語源だという。他人の家にご馳走に招かれて「これは美味しくない」なんて失礼なことを言う人はいない。しかしお世辞を抜きにして、長女の作った「マクルーベ」は美味しかった。



マクルーベにカリフラワーはなくてはならない野菜だが、日本のカリフラワーより大型である。「ゆかり」がカリフラワーの味を高めてくれる



大皿にひっくり返した状態のマクルーベ(手羽元・にんじん・じゃがいもが見える)

マクルーベだけでなく、トマト、きゅうり、パセリをさいの目に切り、オリーブオイルをかけたサラダと一緒に食べる。この際、カリフラワーには「ゆかり」をかけて食べると一段と美味しくなる。パレスチナには「ゆかり」に似た「スンニック」と呼ばれる香辛料があり、これをかける。このカリフラワーの揚げ方をめぐって夫婦

喧嘩になることもあるというから面白い。どの国も些細なことで夫婦喧嘩が起こるのだ。娘は何ひとつ食材を無駄にしない。たとえばさつまいもの皮も油で揚げて菓子にして食料の無駄はゼロ。あつぱれというほかに言葉がない。読者の皆さんがもしもパレスチナ料理のマクルーベを作ってみたいと思われたら、思い、出来るだけ正確に娘の作るのを見ながら紙に書いた。自分も世界の食文化を大切に、また楽しいものにした生活を送りたい。今回は「世界地図から食の歴史を読む方法」という本を見つけ、たのでこれを参考に書いていく予定である。(次回予告、ラーメン好きの現代人)