

食べ物

フィールド調査の楽しみの一つは、いろいろな食べ物に出会うことです。食べ物は、それぞれの土地で人びとの暮らしを彩ります。私たちの目の前にある食べ物は、作物や肉をつくり、魚を獲り、時には山菜やきのこを集め、燃料や水を運び、火加減や味をみながら調理したりと、多くの人びとの手を経てものです。そこには、昔からの知恵や暖かい思いやりも込められています。みんなで一緒に「いただきます!」。





朝ごはんはブン

フエの朝食の定番はブンと呼ばれるコメの麺。
レモングラスの香りのする酸っぱ辛いスープ、
カニ肉の入ったつまれ。
生のハーブをどっさり入れていただきます。

📍 ベトナム・フエ市

📅 2013年7月

📷 田中樹



今日のお昼はごちそうだ

タンザニアの田舎の食堂にて。

ごはん、テラピアの素揚げ、塩味を付けて煮たインゲン豆、ニガナスの煮物。栄養満点。

📍 タンザニア・キリマンジャロ州

📅 2015年3月

📷 田中樹



セネガルの定番料理・チェブジェン (都会風)

チェブジェンは魚の煮汁でお米を炊き上げたもの。
ニンジンやキャベツ、ナス、サツマイモ、魚の身などがのっかっている。
都会風で盛り付けが上品。

📍 セネガル・ダカール市

📅 2013年9月

📷 田中樹



セネガルの定番料理・チェブジェン (田舎風)

塩漬けしたニシンのような魚の煮汁で炊き上げたチェブジェン。
都会のものと比べて脂っこくなく、とても食べやすい。

📍 セネガル・中西部

📅 2015年2月

📷 田中樹



しゃれたお店のローカル飯

テーブルクロスが敷かれたちょっとおしゃれな食堂。
今日のお昼は定番のチェブジェン。

📍 セネガル・サンルイ市

📅 2014年7月

📷 田中樹



ごはん屋台にて

ソルガムの粉を水で溶いて薄焼きしたキスラ、
ヒツジ肉の煮物、パン、生玉ねぎのライムがけ。

📍 スーダン・ガダーレフ市

📅 2013年12月

📷 田中樹

すっぽんの蒸し煮



すっぽんを養殖している農家を訪ねたらお昼をご馳走してくれた。

すっぽんの香草蒸し。

ワイルドな見かけだけど繊細な滋味。

📍 ベトナム・フエ市近郊 📅 2011年6月 📷 田中樹



トカゲは高級食材

村の食堂の厨房をのぞいたら手足を縛られたトカゲがいた。
注文しようとしたら先約済みだった。

📍 ベトナム・ホンティエン県

📅 2019年9月

📷 田中樹



下町食堂のムサカ

ひき肉とナスとトマトに唐辛子を加え
たっぷりのオリーブ油で炒めたムサカ。
飾り気はないけど、
これを目当てにたくさんのお客さんが来る。

📍 トルコ・イスタンブール市

📅 2015年2月

📷 田中樹



蒸し芋にはライムを添えて

道端で蒸したサツマイモを売っていた。
ライムをかけて食べるのがインド風。
斬新な風味。日本で流行るかも。

📍 インド・ハリヤーナ州

📅 2016年11月

📷 田中樹



みんなで囲んで食べる 大皿の炊き込みごはん

砕いた干魚、トマト、玉ねぎ、にんじんなどで炊き上げたごはん。
焦がしたごはんとタマリンドのソースを上にかける。
大皿を囲んでみんなで一緒に食べる。

📍 セネガル・中西部

📅 2014年7月

📷 田中樹



南インド料理は地球を救う

南インドのベジタリアンミール。

使われている食材は、香辛料を除いて、

半径数km以内でつくられたもので、フードマイレージが小さい。

食べても食べても次々と継ぎ足してくれる。

環境に優しく、美味しく、お腹いっぱい食べられる。

📍 インド・ハリヤーナ州タミルナードゥ州

📅 2015年4月

📷 田中樹



おもてなし

香草を焚くサービスつきの
シャイ・ナーナー（ミント入り紅茶）。

📍 スーダン・カッサラ州

📅 2013年12月

📷 遠藤仁

天竺の天麩羅を揚げる男性



インドの野菜を小麦粉の衣で包んで揚げた軽食パコラ。
菜食のため、衣に卵は混ぜません。

📍 インド・ラージャスターン州 📅 2014年12月 📷 遠藤仁

サヴァンナの台所? 男子厨房ニ入ルベカラズ?



楽な仕事ではないけれど、
サヴァンナの女性が生き生きするとき。

📍 ブルキナファソ・ニャニャ県 📅 2011年11月 📷 石山俊



巨大ウガリを皆で練る

結婚式の当日、花嫁の親族の女性たちが
列席者のための食事を準備しています。

📍 タンザニア・キリマンジャロ州西部

📅 2011年11月

📷 藤本麻里子



本日のお弁当

日帰り放牧にもっていくお弁当と牧夫。

📍 インド・タミルナードゥ州

📅 2014年9月

📷 宮寺英寿



ケーキ焼き

木の実の粉をしめらせ、ホットケーキ状にしたものを、木の葉で包み、砂の下に入れ、蒸し焼きにしています。

📍 ブルキナファソ・北部

📅 2006年2月

📷 石本雄大



ハンドメイド麺

南インドの小さな村にある手作り麺工場の風景。

📍 インド・タミルナードゥ州

📅 2015年3月

📷 石山俊