

『ふるむ・マラウイ』～おやつ・その2～

23th /July/2011 第24号

Muli bwanji ! (ムリブワンジ: チェワ語でこんにちは、ご機嫌いかがの意)

前号では、比較的苦手な食べ物をご紹介しましたが、今回は私がよく食べるおやつを紹介します。まずは『メイズ』です。メイズは乾燥後、粉に加工してシマの材料となりますが、マラウイでは生のメイズを茹でたり、焼いたりして食べることも多いです。メイズの収穫時期にマーケットに行くと普通に売っています。私は家の庭にメイズを植えているので、生のメイズを茹でて食べています。昼ごはんとして食べることも多いです。味は日本にある古い品種のもちきびに似ています。甘くはなく、少し固いですが子供の頃食べた記憶があります。



庭で栽培しているメイズ



茹でて食べました



ポップコーンは手作り



グランドナッツ(落花生)

メイズの他にポップコーンになる爆裂種がマーケットには売っています。これも簡単に手に入るので手軽にポップコーンを作って楽しめます。塩やスパイスを使い、色々な味付けを試しています。また、落花生も手に入りやすくよく食べます。換金性が高い作物のため、村でも盛んに栽培されています。マーケットにも売っていますが、家まで農家が売りに来るものを買った方が新鮮でおいしいのでそれを買います。茹でたり、自分の好みに合わせローストして食べています。



マンダシと紅茶(巡回先の村にて)

最後に『マンダシ』です。小麦粉と砂糖を混ぜた材料を油で揚げたもので、サーターアンダーギーのような揚げドーナツです。作る人により味が違い食べ比べも楽しいのですが、カロリーが相当高いですので危険です。

これらはミニバスの発着場(バスデポット)でも売っていて、長距離移動や小腹が空いたとき、旅のお伴としてチブシに並んでポピュラーな食べ物です。