

メキシコ研修レポート Febrero de 2018

鈴木 萌

先日、メキシコシティで開催された Feria de Tamales という中南米の郷土料理である Tamales (タマーレス) という料理のイベントに参加してきました。今回のレポートではそのタマーレスについて紹介したいと思います。

タマーレス

タマーレスとは中南米原産であるトウモロコシ粉にラードを混ぜて練った生地で肉やチーズ、野菜などの具材を包んだものを蒸した料理です。(ちまきと少し似ています。)一般的にはトウモロコシの葉で包まれています。バナナの葉を用いる地域もあります。

スペイン人がアメリカ大陸に到着する前から中南米で広く料理されてきた伝統料理の一つ

で、国ごと、またメキシコ内でも地域ごとに様々な特徴がみられ、約 500 以上のレシピが存在すると言われています。メキシコでは定番の朝食の一つで、朝の通勤時間ごろにタマーレスの屋台や歩き売りしている人をよく見かけます。また、メキシコ独立記念日、クリスマス、死者の日などのお祝いやお祭りでも欠かすことのできない料理のようです。

Feria de Tamales

Feria de Tamales では、中南米各国、メキシコの様々な地域がそれぞれのタマーレスを楽しむことができました。会場はどのお店も行列ができるなど賑わっており、タマーレスの人気の高さを感じました。

私が食べたタマーレスの中で、一番印象に残っているのはオアハカ州のタマーレスです。具材としてオアハカチーズと呼ばれるオアハカ州発祥のチーズが用いられ、バナナ



の葉で包まれていた他、トッピングとして Chapulines (チャプリネス) と呼ばれるバッタのから揚げなどの数種類の昆虫料理が用意されていました。(オアハカでは先スペイン期から貴重なたんぱく質として虫が食べられています。)物は試しで昆虫をトッピングして食べてみましたがすごく美味しかったです。

タマーレス作り

そんなタマーレスですが、家でも作ることができます。教えてもらいながら、実際に作ってみたいので、最後にタマーレスの作り方を紹介したいと思います。

まず、マサと呼ばれるトウモロコシ粉のペーストとその半量のラードに水と塩を少し加え滑らかなるまで練ります。その後、水に一晩浸し柔らかくなったトウモロコシの葉にマサとラードを練り合わせたペーストを置き、その上に好きな具材を乗せ、葉で包みます。蒸し器に入れ1時間弱蒸したら完成です。

今回出来立てを初めて食べたのですが、すごく美味しかったです。トウモロコシの粉を使って作ることもできるそうなので、是非作ってみてください。

