

くっきんぐるうむ

イランの食物

荻 昌 朗

はじめに

「イランの食べ物」についてといわれても、私にそれを語る資格があるかどうか疑問だ。というのも

第1に、私がテヘランに滞在したのは1972年11月初めから翌年1月末の3ヶ月間で、冬の食べ物しか知らないこと、第2に、朝食と夕食は英語の通じるホテルや洋風レストランで食べていたために洋食が主体であった。昼食は出向していたオフィスのカフェテリアでイラン食を食べていたが、メニューがあるわけではなく、料理名はもちろん時には材料さえも分らぬままに済ましていたからである。

それ故に、ここではイランの代表的な料理2、3種と食品を幾つか紹介するにとどめ、1日本人旅行者がイランの食べ物に接して何を感じたかについて話したいと思う。現在のところイラン料理に関する日本人著の専門書は見当たらないが、タイム・ライフ社の『世界の料理』のうち「中東料理」でアウトラインはお分りいただけよう。

ナン（またはヌン）

あるヨーロッパ人が「日本人は放射線状に食べる」と評した。ご飯茶碗を中心にしてまわりにお菜をならべ、飯と菜の間を往復しながら食事をするからである。イラン人に主食という観念があるかどうかは知らないが、私の見るところパンが主食のように思われる。例の酵母を使わざるパン、すなわちナンである。

自然醗酵させたドウを両掌の間で長辺30センチ以上の仁王様のわらじのように伸ばしてから、高熱のパン焼きがまの内壁に貼りつけ、1、2分間で焼きあげたものである。ナンはインド北部から中国西域にかけて広く分布しており、垂直式のタンドールがまで焼かれているが、私が見たイランのかまは水平式であった。

ナンにもいろいろある。最も普通に食べられているのはナン・バルバリで厚さは10ミリ位、パイ皮のように層

状に焼きあがる。いなりずしのようにその中におかずを突っこんだり、おかずをのせ二つ折りにして食べたりする。ホテルの朝食では英国式のトーストとともに必ずナンが出され、私のお気に入りであった。

ナンのうち最もうすいのは厚さ2ミリ位のラバーシュである。いわばイラン風クレープでこれもお菜を巻きこんで食べたりする。かまの中の小石にのせて焼くために穴があいており、たまには小石がひっついていたりするサンガック。丸くて厚みのあるタフトーン。探せば他にもあるかもしれないが、この4種がポピュラーなナンである。

米料理（チェロとポロ）

イランで米の飯を食べたというと、きまって砂漠の真中にたんぼがあるのかと反問される。地図をご覧ください。テヘラン市北部に連なるエルブルズ山脈とカスピ海の間は雨量の多い緑の沃野でイランの穀倉地帯だ。さて、イラン米は長粒種で粘り気は少ない。炊き方も「はじめチョコチョコ、なかパッパ……」ではなく、沸騰したらオネバの湯は捨ててとろ火で蒸し煮する湯どり法で、日本のおしゅうとめさんが見たら目をむきそうな炊き方だ。炊く時にバターや塩を加えたりする。

こうして炊いたものがチェロであり、そのまま食べるよりはなにかを混ぜたり、かけたりする。イラン人はもちろんだが、在留邦人にも好まれたものにチェロ・キャバブがある。キャバブはインド、トルコ、ソ連と共通の焼き肉だから、チェロ・キャバブすなわち焼き肉ライスだ。この場合、焼き肉のタレはおろした玉葱の汁とヨーグルトをあわせたもので、その中にラムかマトンを半日以上漬けこんだあと、金串にさして炭火で焼く。ヨーグルトに代えてレモンのしぼり汁を使うものもある。

お皿にチェロを盛って上にくぼみを作り、バターと卵黄をのせる。キャバブはチェロの横に盛り付けるが、関

イランの食物

西のうなぎまむしのようにチェロの間に入れたのも食べたことがあった。

食べ方は、チェロと卵黄とバター、それにキャバブを細かく切って混ぜ合わせて食べる。好みによりソマグ（毒性のないウルシ科の植物の実から作ったスパイス）をふりかける。日本のライスカレーでは薬味に福神漬やラッキョウがつくが、チェロ・キャバブには生玉葱を切ったものがつく。食事中にドゥーグ（ヨーグルトで作った食料）が欠かせないようにすれば、相当なイラン通といえよう。イラン料理ではナイフを使わないことが多い。そこで、キャバブを切るにはスプーンの横腹を使う。実際キャバブはその位のやわらかさである。

米料理のもう一方はポロである。ピラフ、パラオ、プラオ、ポロは同義語かと思うが、日本人が考えるような炒め飯ではない。むしろ炊き込み飯か混ぜ飯だ。基本的な作り方は、生米を玉葱や羊の肉と共に十分にためた後茄子、人蔘などの野菜、干しぶどう、干しなつめ、ピスタチオのみじん切りなどを加えて蒸しあげる。また、米を炊く途中沸騰したところで湯を捨てて洗っておき、いためた具やバターを混ぜて蒸し煮をする方法もあり、サフランで黄色く色をつけることも多い。

イラン人にとってご飯のおこげはご馳走だそうで、おこげの料理もあるそうだが、私は食べていない。日本の家電産業はイランに電気炊飯器を輸出しており、メイダン（街角の広場）に大きな看板を出していた。聞くところによればおこげができるように調節してあるのだそうだ。

ホレッシュ

ホレッシュはいわばイラン風シチューで、私も社員食堂で時々食べていたが、最も印象に残るのは、テヘランからイスファハンまで砂漠の中をバス旅行した途中のキャラバンサライ（隊商宿）で初めて食べたものである。ペルシャ語を解さぬ私にとって、どうやって昼食をとるかは出発前から頭痛のタネであったが、案ずるよりは生むがやすく、一番最初に食べ初めた人の料理を指さして同じものを持って来させた。もっとも後で見廻すと皆同じものを食べているように思えたが。

とも角出されたものは、羊のこま切れ、野菜、小さな豆の入ったシチューとチェロで、後で聞いたところではチェロ・ホレッシュ・ゲイメというのだそうだ。ホレッシュは普通チェロにかけて食べるのでチェロ・ホレッシュと称するとのこと、日本人がライスカレーというようなものだろう。

ホテルの相客で自動車工場で指導していた人の話では、昼食時には工員さんが車座になってホレッシュの鍋

をかこみ、カップに取り分けたのち、まず汁をすすってから、カップの中の豆を手にした棒でつついてつぶし、ナンですくいって食べていたそうで、ご馳走になったところ結構うまかったとのことである。ただしこれはデェジィと称し、日本ならさし当りすぎ焼きのようにナンヨナル・ディッシュだそうだ。

キャビア

料理のことはこの位で、食べ物について書いて見よう。イランが世界に誇り得る食べ物にキャビアがある。日本で始終見かける数の子を黒く染めたようなあれではない。イランのキャビアはカスピ海で採れるチョウザメの卵で、イクラ位の大きさ、色は灰色に近い。フォアグラ、トリュフと共に世界の三大珍味とはどこの誰が言い出したことだろうか。新鮮なものにレモンをしぼって食べると、上等なイクラをもっとねっとりさせてコクを出したような舌ざわりで、そのうまさたるやフォアグラ、トリュフの比ではない。

キャビアの加工法は知らないが、現地では缶詰や瓶詰ではなく、生のまま容器に入れて売っていた。当時は専売品で、最高級は王室用、次は外交官用などといわれており、帰国に当ってその最高級を手に入れたが、飛行機内やパリのホテルでは冷蔵庫に預け、羽田から我が家まではドライアイスで冷やしながらとえらい苦勞であった。

羊の脳味噌

「アッラーが汝らに禁じ給うた食物といえ、死肉、血、豚の肉、それから屠る時にアッラー以外の名が唱えられたもののみ（コーラン第2章168節）」

ムスリムが豚を食べてならないのは有名だ。コーランに命じられたわけではないが、イラン人はラム、マトンを好み、このついでに羊の脳味噌は大変なご馳走だそうで、皿の中央に羊の頭が盛り付けられた写真を見たことがある。

知り合いになった駐在員が、ある日「荻さん、私は出世をあきらめましたよ」と大層深刻である。聞けば本社から出張して来た重役に羊の脳味噌料理を食べさせたそうで、「うまい、うまい」と大喜びのあと「今のはなんだ」「羊の脳味噌です」とたんに吐くやらうがいをするやらで、大いにご気嫌を損じたのだそうだ。もったいないことをしたものだ。

お肉が高くて、とこぼす奥様方も内臓料理には逃げ腰だ。モツ焼別名ホルモン焼も、もとはほうるもん（抛るもの）焼だとのこと。しょせん日本人は肉食民族ではないのだ。

ザクロ（アナル）

散歩の途中、路傍でリンゴを売っていた。紅玉のよう

な色と大きさで、皮がゴツゴツとしており、先の方がとがっている。芸術品のような日本のリンゴを見馴れた眼には紅玉の原種と見とどけた。そんな話しをしたところ「リンゴじゃないよ、ザクロだよ」とのことである。わが国のように皮がはじけてはいない。それをよくもんで十分やわらかくなったところで穴をあけ、中のジュースをしぼり出して飲むのだそうだ。またそれを煮つめた汁は調味料としても使うとか。

さっそく試みたところ、まるでイチゴのジュースのようなあまざっぱさが口の中一杯にひろがり、まことにさわやかなりまきで、とても人肉の比ではなかった。その後東京でもカリフォルニア産のを手に入れたが、私はイランのザクロに軍配をあげる。

メロン (ハルボゼ)

テヘラン到着の翌朝、デザートにメロンを注文した。ラグビーボールをひとまわり大きくし、たてに八分の一に切った一切れである。外皮と香りはマスクメロン、味はメロンと西瓜の中間位だが日本のプリンスメロンよりはうまい。ペルシャ語ではハルボゼと言い、保存性が良いのだろう、12月に入っても食べられた。イランでは西瓜のことはヘンダワネといい、これも大層うまいそうである。なんせ雨の降らぬ国、日照り西瓜だからうまいのは当然だろうが、これはついに味わえなかった。

イラン料理のにおい

「アメリカ料理はおおあじでまずい」とは多くの日本人が語る。その筆法を以てすれば「イラン料理はくさくてうまくない」といえよう。私自身が調理場に入って確認した訳ではなく、受け売りの話したがラードやバターのように羊の尾の部分の脂や羊乳のギー (バターオイル) を使い、それが異臭の原因とのことだ。

総じて日本人は羊肉を敬遠する。私はイランではもちろんヨーロッパやアメリカでも、平気でラム・マトンを食べておくさくてまずいとは感じないが、テヘランでオムレツにまで使われている羊の脂のあの悪臭だけは全く閉口したことであった。

西村震哉氏の言われるとおり、人の嗜好が18才位までの食体験によって定着するものとすれば、日本人にとって初体験に属する羊の脂やギーが強烈な異和感を持たれることは当然であろう。これに対してラム・マトンはまだ牛肉との近似性が高いために比較的なじみやすいのではあるまいか。

風ともどき

今日の東京においては、インド料理屋でタンドールで焼いたナンを食べることもできるし、目黒のシーラーズでイラン料理を味わうことも可能になった。イランから

帰国後、私はナンとチェロ・キャバブに挑戦してみた。結果は見事に失敗である。ナンは十分に醗酵しておらず、オーブンの温度も十分にはあがらなかった。

一方チェロ・キャバブは似たようなものはできたが、炊き干し法で炊いた日本米と北海道バターではしつこすぎてうまくないのである。矢張りその国の材料と調理法でなければ本物の味がでないのは当然だろう。

余談ながらライスカレーやピラフも普通のご飯とは別に、湯どり法で炊くのが調理人の良心というものであろう。白米がかたまつたままのカレーやピラフにであう度にそう思う。植物名ではニセアカンヤとかウメドキなどと命名される。料理では「〇〇風」に安住して本場の味への努力を怠っているのではあるまいか。

おわりに

さて私のイランの旅も8年の昔で記憶もうすれている。正確を期するために、日本人が書かれたイラン体験記の食べ物の記事を読みなおして、内容の違いに驚いたことだった。体験記の著者はいずれも食物の専門家ではなくイラン人からの伝聞をそのまま紹介されたり、自分の印象を書かれたりしたことであろう。

考えてみると、料理とは本来母から娘に、先輩コックから後輩に口伝と実地で教えこむものであり、薬の処方とはまったく異質のものだ。個人の好みや工夫、地域差もあって材料や調理法が微妙に異なるのは当然だ。それを紹介した記事が見聞した人によって異なるのも当然のことである。

早い話しが、関東と関西のうなぎのかば焼、赤だしと京風の白味噌の味噌汁、各地の雑煮のことを考えていただけはおわかりのとおりである。

また滞在中の私の食体験から、羊肉や米料理の紹介が主になったが、私が食事をした場所からいって、それらはおおむね上流家庭や一流レストランの料理である。果して一般庶民の日常の食事に羊肉や米料理が登場するかどうかは知らないのだ。ナンショナル・ディッシュのひとつと思っていたチェロ・キャバブでさえも実のところはむしろ料理屋の料理だということで、外国の食べ物の記事は難しい。再訪の機会があれば身を入れて調べたいところである。