



スリランカ



南国の味、カレー

写真・文
秋元和彦
あきもとかずひこ

1938年千葉県生まれ。会社勤務の後、72年からフリーランスの写真家として活動始める。主に海外の観光地や街の様子、人々の生活をテーマに取材・撮影を続け、旅行雑誌などに発表している。著書に『アルプス・プロバンスの小さな旅』（東京書籍）ほか、共著に『ライン紀行1300キロ』（新潮社）『小さいまち紀行・イタリア編』『同スペイン編』（グラフィック）などがある。日本写真家協会会員。



スリランカはインドと並ぶカレーの大国です。みなさんご存じでしたか？中には日に三食カレーを食べる家庭もあるとか。

もともと、ルーは使わず、材料もジャガイモならジャガイモだけで仕上げる事が多く、日本とは料理スタイルが少し違います。そうした“単材カレー”

を数種類テーブルに並べ、各自好みのものを、ご飯をよそった皿に取り分けていただく、というのが当地流です。

カレー料理に使われる食材も変化に富んでいます。バナナ、バナナの若芽、ナス、豆類、ニガウリ、豆腐、魚、チキン、ビーフなど、これまでお目にかかったものだけでも、かなりの種類に及

びます。“モルディブ・フィッシュ”と呼ばれるかつお節が、だしに使われることもあります。

そもそもカレーとは、「香辛料を調合して作った調味料」を意味します。ですから広義に解釈すれば、何らかのスパイスを使ったものは“カレー”と呼ぶことになり、多様なカレー料理が出現するわけです。また辛味は主にチリとペッパーによるもので、辛味のないものや、辛味の薄いものもカレーと呼ぶようです。辛味用以外のスパイスは、コクや風味づけのために、食材に合わせて種類を選び、用いるそうです。

さてスリランカの辛いカレーは本当に辛く、食べるや否や汗が吹き出すほどです。それなのに、さらに焼いたチリを振りかける人も見かけられ、驚かされます。私も当初は辛さにたじたじでしたが、慣れるにつれ、旨く感じ、ついにはヤミツキになりました。辛味はそんな魔力を秘めているようです。

スリランカでカレー料理が発達したのは、食材の他に、スパイスにも恵まれていたからだと言えるでしょう。ターメリック、コリアンダー、クローブ、クミン、フェネル、カルダモンなど、数多くのスパイスが採れ、シナモンは、主要産出国になっているほどです。

チリには発汗作用や消化促進などの効用があり、他のスパイスにも薬効があるそうです。ですからそれらを豊富に用いたカレー料理は、赤道に近い熱暑の国では、まさにうってつけの料理法のように思われます。

ところで、インド・カレーとの違いですが、インドがギー（バター）を使うのに対して、スリランカではココナツ・ミルクを使うことだそうです。そのため胃に軽く、スパイスの特性が生きると聞きました。

もちろんこの国にもカレー以外の料理もたくさんありますが、やはりカレー、それも辛いものが、最もスリランカらしい料理のように感じられます。



A AEビは当地でも高級食材だが、美味 B アウトリッガー付きの帆船は海の風物詩 C 鰹も豊富。加工した“モルディブフィッシュ”は生節と鰹節の中間位の堅さでだし用に使う D バナナの若芽と野菜でつくったカレー E バナナの花穂。紫色の皮の下にある蕾が食用になるそうだが、これは未体験 F ココナツ・ミルクもスパイスなみの重要食材 G 一皿に各種料理を取り分けて食べる一例 H 市場からは、その他の食生活がうかがえて面白い I 土地っ子の食事風景。中央上が焼いたチリで、指でほくしてカレーにかける J 各種香辛料。スパイス・ガーデンあり、栽培中のスパイスが見られる



Sri Lanka