

モンゴル遊牧民のお正月の食べもの

石井智美¹

Mongolian Nomad's New Year and Traditional Food

ISHII, Satomi

はじめに

新年を迎えると、周りの景色が改まって見えるような気がしますね。

日本では新年、お正月を新暦で祝いますが、アジアをはじめとする多くの国々では、現在も旧暦で祝っています。そのため、毎年新年の日も動きます。2007年の旧暦の新年は、2月17日でした。モンゴルでは、旧暦の新年を「ツァガンサル」（白い月の意味）と呼び、盛大に祝います。

1. モンゴルで迎えた「お正月」

2007年の旧暦のお正月を遊牧民宅で迎えることにしました。行き先は、首都ウランバートルから北西450kmのアルハンガイ県の草原。大晦日の朝、出発地の気温は-20℃。草原に出ると、積雪はわずかですが、硬く凍りついていました。この寒さが、翌年の草原の草生えに不可欠なのです。

途中で車が故障し、6時間の立ち往生となりました。そばに行くヒツジたちの毛皮がどんなに暖かく見えたことか（写真1）。

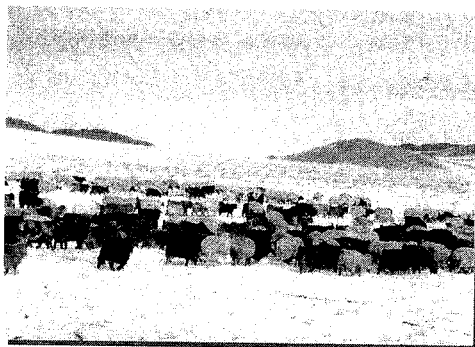


写真1 厳寒の草原

なんとか午後10時過ぎにカラコルムに到着。この先、道のない草原の闇夜の走行は無理。さらにシーズンオフで、ホテルは閉館。こういった時に俄然力を発揮するのは、モンゴルコネクション。運転手さんの知り合いのお宅にお邪魔することになり、深夜に集落の扉を叩くこととなったのです。戸外から大声で呼ばれた方はさぞ驚いたことでしょう。

突然の訪問も温かく迎えていただき、ホスピタリティ溢れるモンゴルを実感。食事をいただき、新年用のご馳走が並んだテーブルの下で、新年を迎えたのです。

そしてまどろむ間もなく運転手さんや家の男性たちは起き出し、モンゴルで大切にされているオボウ（道祖神のような存在）のある山の頂きへと出発しました。初日の出の瞬間にお祈りをするそうです。

¹ 酪農学園大学酪農学部食品科学科

モンゴルのお正月は、元旦の早い時間に年長者の許へ、若い人々が新年の挨拶に向うのが習慣です(写真2)。新しいデール(民族衣装)を着用し、改まった表情で、年齢順に並んでモンゴル式の新年の挨拶を交わします。そのとき年長者には青い布ハダクや、お金を捧げます。そして来客にはその家から石鹸、チョコレート、クッキーなどが贈られるのです。



写真2 新年の挨拶

新年の挨拶の後、暇を告げて出発しました。遊牧民はこの時期、冬営地で暮らしているため、人の行き来が賑やかになるお正月は大きな楽しみなのだそうです。滞在先では、到着の遅れを心配しながら待っていてくださり、早速お正月のご馳走に与ったのでした。翌日から、滞在先の家族とともにあちこちのお宅を訪問しました。

2. ご馳走で満腹

お正月のご馳走はしきたりに従って準備されます。どの家でもテーブルの上には、以下に紹介する料理が置かれていました。そしてラマ教の仏壇の前に、亡くなった家族の写真が飾られ、終日自家製の灯明がともされているのです。

ご馳走の筆頭は、ヒツジを丸茹でにした「オーツ」です(写真3)。食卓に大きく鎮座しているその姿は豊かさの象徴といえましょう。日本のならみ鯛と同じように、すぐには食べません。薄く切ってつまみ食いを愉しむ程度です。

作り方はヒツジを丸ごと茹でることが出来ないため分けて、それぞれを数時間かけて茹でるそうです。

モンゴル在来種のヒツジは、お尻から尾にかけて座布団のような形状の厚い脂肪を蓄えています(写真3)。それらの脂肪も丸茹でにして、肉の上に飾るのです。

「オーツ」の隣には小麦を練った生地、草履ほどもある木型で模様を刻印し、脂で揚げたポーブを重ね、乳製品やお菓子を飾った「ヘビンポーブ」が置かれています(写真3)。この「ヘビンポーブ」は縁起を担いで奇数段になっていて、年輩の方がいるゲルほど、「ヘビンポーブ」の直径が、お祝いの意味で大きくなるそうです。「ポーブ」づくりは男性の仕事で、大人数で準備に入り、新年を前に徹夜の大仕事で、よじれないように揚げるのが熟練の技。木型はその家に代々伝えられ、吉祥模様が彫られています。お正月が終わると崩され、待ちかねた子供たちのお腹に収まります。



写真3 新年のご馳走

右が「オーツ」、左が「ヘビンポーブ」

白い色の食べもの「ツァガンイデー」は、モンゴルにあって、清浄な心を表す証とされています。新年の食卓には「白い乳」、「米に砂糖を混ぜて炊いたもの」、「ヒツジの脂身を茹でて細長く切ったもの」など白色の食品が並び、白尽くしで縁起を担ぎます。これがツァガンサルの由来とか。

3. ヒツジのポーズの話

親戚、友人が訪ねてくると早速、モンゴル式のもてなしが始まります。練った小麦粉生地、小さく切ったヒツジの肉を包んで蒸した「ポーズ」がその主役。小さめの「肉まん」ですね。中国の隣に位置しながら、中国料理の影響を薄くしか受けてこなかったモンゴルですが、小麦粉を使ったこの「ポーズ」は別格で、老若男女を問わず大好きです。

中国では肉まんの形態の饅頭を「包子」(パオズ)といいますが、中国人も、「ヒツジ肉の入ったものはモンゴルの料理である」と区別していたことを思い出しました。

朝から熱々の「ポーズ」を頬張るのも、お正月ならではの贅沢。今回お世話になったお宅では、新年用に1000個もの「ポーズ」を数日ばかりで用意したそうです。ちなみに私が帰るときには、大半がなくなっていました。

若い人では一度に15個くらいあつという間にお腹に収めます。終日ポーズ三昧です。お正月の間、いったい幾つの「ポーズ」を食べているのか、興味がありますよね。ちなみにモンゴルでは、太ることはとても良い事です。普段の挨拶も直訳すると「家畜は太っていますか」ですから。

4. 新年の馬乳酒 (アイラグ) 飲用

モンゴルの新年のお祝いの食卓に欠かせないのが馬乳酒。モンゴル語で「アイラグ」です(写真4)。

夏季に生乳を冷却し、複数種類の乳酸菌と酵母の働きで発酵させた飲みものです。シーズン最後の「アイラグ」は、屋外で自然凍結させツァガンサルまで取って置きます。ゲルごとに味には微妙な違いがあります。遊牧民は経験的に発酵をコントロールする技術を持っています。それも、高標高で乾燥地という、雑菌のいない環境に負うところも大きいのです。

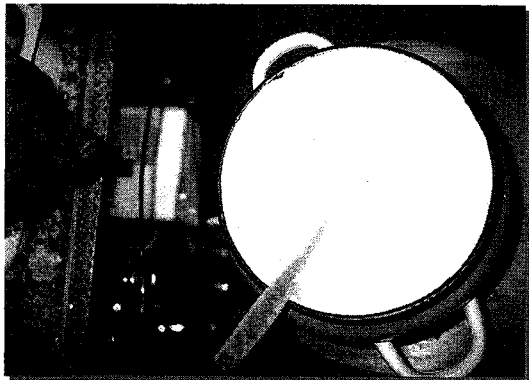


写真4 冬の馬乳酒(アイラグ)

「アイラグ」は遊牧民にとって、何をおいても飲みたい特別な飲みものです。その飲用によって結核に罹らないなど、医学的な効用も伝承されています。目下その免疫賦活作用の検討を進めています。

アルコール度も2.5%前後とビールの半分ほどで、カロリーも低いことが、大量に飲むことを可能にしたのでしょう。これまでの調査で男性では、1日に10ℓ飲んでいる人も多いことが分かりました。13世紀にモンゴルを訪れたRuburck Wの『The Mongol Mission』に、「遊牧民はウマの乳を発酵させ



たものだけを飲み、食物は摂らない」と驚きをもって書かれたことが、現代もこの乾燥した土地で行われています。

「お正月にアイラグをどれくらい飲むか」と男性に問うと、どこでも、あっさりと「あるだけすべて飲む」との答えでした。1日で500の「アイラグ」が飲まれたゲルもありました。

普段の食生活で、野菜や果物を殆ど摂らない遊牧民は、家畜の内臓、血液を食べてビタミン類を摂取してきました。「アイラグ」はビタミンCの含有量が高いのです。

お正月に取り置いた「アイラグ」を飲むことに、厳寒期のビタミン補給源の意味もあるといえましょう。こうして身近な食品を活かし、健康を維持してきた民族の知恵に驚かされます。

そして温かいゲルでの、少し凍ったアイラグの味が格別でしたことも申し添えておかなければ。

おわりに

民族に伝わるお正月の料理のあり方に、その民族の固有の習慣、考え方が深く反映されていることを実感しました。

連日-30℃でもゲルの中は温かく快適でした。屋外では、日本製の防寒コートより、綿の入った厚手の冬仕様デールが威力を発揮しました。毛皮の帽子、モンゴル靴で、モンゴル人に変身。

厳寒期の「アイラグ」を堪能し、益々モンゴルに魅せられるのでした。