



Slow Food®



Terra
madre

Newsletter

2013年6月

究極の味

揚げたゴキブリからヘビの心臓に海藻のジェラート… 食科学大学で専攻課程修了間近の学生が、どのように食材の味の偏見を乗り越えたかを語ります…

私はカーテンのごとく立ち上る湯気の向こうに、煮え立つ材料を見ました。豚の肝、つややかなパスタ、ぱりとした野菜の隣で踊る、ぴかぴかした血の塊を。初めての食の体験にうずうずしながら、私はその深い色味を帯びてぬるっとした粒を集め、口に含みました。

異国の奇妙な食べ物を味わってみようという勇気を、誰もが持っているわけではありませんが、揚げたゴキブリだとか羊の脳みそを目の前にして戸惑うのは、これらが慣習的なものとしては理に適わないからです。食品として有毒ではないことを良く分かってはいても、多くの人はその“奇異な様”に影響され、味を評価するのを妨げられてしまいます。こうした偏見を乗り越えるのは努力の要る挑戦かもしれませんし、むしろ甚だ穏やかなものではありません新しい物事の体験に臆病な人だっています。

しかし私は6年前スローフード会員になって以来、新しい食べ物を試食するというのは明確で物質的形態の学習経験なのだということを理解しました。スローフードの哲学は、食物を通じて他文化の発見と理解へと導いてくれます。それは、特定の伝統食品がなぜどのようにして作られるのかを発見し、初見では食欲をそそるどころか全く別の印象を受けるとしても、とにかく味わってみるということです。ひとつの文化にどっぷりと浸かるには最高に面白い方法であり、一個人の人生体験においても非常に深い満足感を与えてくれるものです。スローフードは、新しい食べ物を発見することは一人の人間の人生をも変えうるということを私に教えてくれました。しかし本当の体験は、リュックひとつを肩に出かけた旅でした。行き先も決めずにアジアを放浪する間、私は自分のルーツであるアイルランド文化から遠くかけ離れた味を知ることになりました。特別問題のない料理もあれば、極端に困難を要する料理もありました。間もなく私は、奇妙で見知らぬ食べ物を発見する興奮なしにはいられなくなったのです。それはアドレナリンを放出するような、地球上で最も深い峡谷を上下するような感覚でした。血で満たされたグラスに浸かったヘビの心臓丸ごとを飲み下す時、その感覚についてどれだけ語ることができるでしょうか！

寝袋を担いで世界を旅する者にとって、奇妙な物語は毎日の決まりごとです。皆それを自慢したがって、ニュージーランドでパラシュート降下をした者、毒蜘蛛タランチュラの揚げ物を口に入れた者、より奇をてらうほど常識外れで、それを張り合うものです。より先入観から解放されたエピソードを語ろうと競い合います。究極の美食愛好家たちも同じ悪習にかられているのです（“つまりそれも私は食べたってことです！”）。

食科学大学で互いに語り合う話は自慢にもなりません、不意をつくような食体験を他者と実験し共有することで、大学生活はより一層刺激的なものになるでしょう。食科学大学は、食を軸に回る小宇宙です。ポツレンツォにやってくる学生たちは、満たされることのない新しい体験への欲求に満ちています。ある意味私たち誰もが放浪者で、電球に蛾が集まるように、大学は食に熱狂する者たちを惹き付けます。その周りに数ヶ月の間集まって、ソップレッサータ(soppressata: 豚肉のサラミのひとつ)やヘビの心臓について語り、目新しい

食べ物を試して互いに刺激し合う、大学はまるでたき火のような存在です。食科学大学は、世界のあらゆる文化について語る、数十もの或は数百ものわくわくする味で味蕾をなでる、他に同例のない機会です。ロバの乳から凍らせた蜂の幼虫、生のあさりから海藻のジェラートまで、驚きが底をつくことはありません。数ヶ月の時間は飛ぶように過ぎゆきますが、再出発の時、私たちはより知識を備え、確信に満ち、食の単純な喜びにより一層没頭して、成長しているのです。
ところで - 凝固した血液は肉の味がし、口当たりは豆腐に似ています。美味しいですよ、もし皆さん想像していなかったなら、、、。

ジョセリン・ドイル(Jocelyn Doyle)さんは、食科学大学 専攻課程修了を間近に控える学生です。より詳しく知るにはこちらのサイトへどうぞ: www.unisg.it

餅米の跡を辿って

ベトナム北部、ホアビン省(Hoa Binh)、タンラック(Tan Lac)郡。高地に暮らすムオン(Muong)族が、際立った品質の黒米を有機栽培しています

伊能まゆさんはベトナムで非政府組織“Seed to Table (種子から食卓まで)”を運営しており、スローフードとテッラ・マードレにとっては古くからの知り合いです。彼女のお陰で私たちは、ホアビン省タンラック郡ナムソン村で稲作を行う食のコミュニティの訪問を叶えることができました。
(<http://www.terramadre.org/pagine/rete/leggi2.lasso?id=917&ln=&tp=3>)

ハノイの街を埋め尽くすバイクの波と車で格闘すること1時間、ようやくのことで開けた農村地帯が見えてきました。右に左に果てしなく広がる田んぼでは、田植え時期とあって、多くの人たちが作業中でした。

1時間の旅の後、徒歩で登る最初の丘では、乾いた喉を潤すベトナムコーヒーを飲みながら一休み… この辺りの地域には発酵させた米から作られる飲み物があり、5-7Lの容器で売られています。これと一緒に1mもある葦のストローがついてきます。パールの軒先には、米が原料の蒸留酒にヒキガエルやサソリを浸けたものが並べられています。

さあもう一踏ん張り、林と熱帯植物そして田んぼが交互に入り交じる道を進みます。最終区間はアスファルト舗装されていません。私たちが立っているのは標高1000mの霧に覆われた山頂です。ようやくナムソン(Nam Son)村に到着すると、トゥオン(Thuong)さんとその旦那さん、そして村長のトリユエン(Truyen)さんに副村長のルン(Lung)さん、米の生産者らと青年団のコーディネーターたちが迎えてくれました。

ベトナムと東南アジア全域に見られる数多くの米品種を越え、米は主に“一般”の米と餅米、という2つのグループに区分できるのだということを説明してくれました。そして後者のタイプは山地に生産が集中しているのだそうです。

オイ(Oi)米は餅米種として、非常に限られた生産量や際立った品質を考慮すると、味の箱船に乗りこむための条件を全て満たしています([linkto: http://www.fondazioneSlowFood.it/arca](http://www.fondazioneSlowFood.it/arca))。黒米で、美味しい味わいを持ち、胃痛を鎮め、産後の回復を助けるという効能もあります。伊能まゆさんは製品のプロモーションや600万人もが暮らすハノイでの流通ルートの開拓を担当するほか、日本の大学と組んでこうした米の特性を科学的に立証するべく尽力しています。この地域ではオイ種の他にも、白い餅米バン(Ban)種、一般種のダンバクタム(Dan Bac Tam)も栽培されています。トゥオンさんはトリノでのテッラ・マードレに2度参加、ベトナムに54ある生産者グループの中で、人数規模では4番目にあたる地元ムオン(Muong)民族の50余りの生産者を取りまとめています。ここでは田んぼは - 麦わら色がかかった緑色から炎のような黄色まで様々な色を呈し - 水耕技術の作品ともいえる光景を描き出します。平地の田に比べて2倍の労働量を要しながら、しかし収量は低いというのが現実です。米の全ては有機農法で、二期作で栽培をしています。

アレッサンドロ・スカルパ(Alessandro Scarpa) >> sandro.shoe@libero.it

Slow Food Story (スローフード物語)

25年に及ぶある食の発展の物語を描くドキュメンタリーが公開中…

“私たちは私たちが食べるものでできている、と言いますが、私たちの食べ方が地球を破壊しようとしています。しかし幸いにしてなんとか対抗しようとする者もいる”：新しいドキュメンタリー『*Slow Food Story*』の中でアツィオ・チーティ(Azio Citi)はこのおんな言葉をもってカルロ・ペトリーニを紹介しています。“カルロ・ペトリーニって一体誰かって？僕の親友だよ”。

『*Slow Food Story*』は25周年を迎えるスローフード創設の物語で、設立時の顔ぶれから、運動が世界150ヶ国に根ざすまでの道のりを描くものです。監督ステファノ・サルド(Stefano Sardo)は イタリアの小さな地方都市から、よりよい世界を求めて現会長であるカルロ・ペトリーニと共に踏み出した友人たちの肖像を贈ってくれます。サルド氏もまたピエモンテ州ブラ市の出身で、前出のアツィオ氏同様に協会の先駆者らを紹介し、これまで誰も行わなかった形でスローフードの物語について語ります。

それは、喜びと苦しみをもとい、地域および世界レベルでの友情により織りなされた食の喜びと政策の物語です。ピエモンテ地方の農民の伝統“卵を歌う”(ランゲ地域に古くからある習慣で、イースターを控えた時期、赤ワインを飲んで歌いながら、卵をもらいに農家から農家を訪ねてぶどう畑の間を夜明けまで練り歩くというもの。廃りかけていたこの風習をペトリーニ氏とその友人らが今日も継承する)というものから、スローフードの食のコミュニティの代表者らが集合する国際イベント「テッラ・マードレ」まで、会員とスポンサーは世界150ヶ国におよんでいます。

映像は鑑賞する者を、イタリアからアメリカを渡りケニヤまで誘い、スローフードの哲学を明瞭にする、変化を目指しての積極的なアプローチを映し出しています。味覚や環境、文化、人間関係の分野で、よりよい暮らしを啓蒙促進使用とする活動の数々です。“私たちは、喜びを実践しながら世界を変えたいと望む協会です”、ペトリーニ氏が宣言します。

このアプローチは毅然としたものであり、スローフードは、食のシステムに革命を起こし、ファーストフードや農産業、国際的商品により急き立てられ、世界が最大速度で突進する軌道を修正するべく尽力しています。ドキュメンタリーの中で英国のチャールズ皇太子が説くように、「スローフードの国際運動に加わることは、解決策かもしれません」。

『*Slow Food Story*』はイタリアの映画館で公開中です。

イタリア語の予告編と詳しい情報はこちら: www.slowfoodstory.com

イタリア語 - <http://vimeo.com/65898536>

今月のレシピ

ニューオーリンズの *cala*

クレオール伝統のストリートフード: スローフードUSA 全国会議で紹介された甘い揚げ菓子…

スローフードUSAがニューオーリンズのあるホテルに、5月の全国会議の場に *cala* (伝統的な揚げ菓子) を用意してほしいとリクエストした時、シェフらはレシピを一から学ぶ事になりました。ストリートフードとしてかつては大変人気のあった *cala* ですが、この2世代の間にほぼすっかり消え失せてしまいました。「第2次世界大戦後、一家の伝統を継承しようとする者だけが *cala* とは何かまだ覚えていたようなものでした」。あるものをフル活用する必要性から生まれた、残り物の米を使ったこの料理の再発見に貢献するシェフの一人、スローフード・ニューオーリンズのポピー・トゥーカー (Poppy Tooker) さんが説明します。

cala のストーリーはニューオーリンズの他の伝統食品と同様に、アフリカとヨーロッパ両方遺産を継ぐものです。その名はヌベ語(アフリカの言語のひとつ)で“ケーキ、ミニケーキ”を意味する言葉 *kara* から派生しているようです。クレオールの屋台商売人らは1世紀以上もの間、フランス人地区で蒸気の立つ熱々の *cala* を、

「熱々のおいしいcalaはいかがですか(Calas, bels calas tout chauds)」と声を張り上げて売っていました。フランス人地区で朝早くに、かごいっぱい詰めたケーキを売り歩いていた女性たちは、“Calaの女たち”とさえ呼ばれていました。

12人分

材料

ゆでた米	2カップ
小麦粉	スプーン6杯
砂糖	スプーン3強
ふくらし粉	スプーン2杯
塩	小さじ1/4
ナツメグ	1つまみ
卵	2個
バニラエッセンス	小さじ1/4
植物油(揚げ油として)	
粉砂糖	

作り方

ボウルにゆでた米、小麦粉、砂糖、ふくらし粉、塩、ナツメグを入れてよく混ぜ合わせる。卵とバニラエッセンスも加えてさらに混ぜ合わせる。

揚げ油を180°Cに熱する。生地をスプーンですくい注意深く油の中に落とし、きつね色になるまで揚げる。網杓子でcalaをすくい上げたら、キッチンペーパーの上で乾かす。粉砂糖をふりかけ、熱いうちにいただく。

より風味のあるバリエーションとして、粉砂糖とバニラエッセンスの代わりに、薄くスライスした青玉ねぎ、スプーン1-2杯の辛味ソース、または小エビなど、好みの材料をカップ1/2杯程度加えてみてください。

ポピーさんがこのレシピを再現する映像をこちらからご覧いただけます

<http://www.youtube.com/watch?v=lku0pbdh9KE>

幸福な衰退

10のお酢の応用

モニター用クレンジング剤から頭髮用リンスまで: あなたの食料品棚の中で最も多目的に使える食材!

酢にはサラダの調味料としてのほか、多くの用途が考えられます。モニターの掃除から髪のリンス剤まで、この応用性の高い材料の数多ある使い道から、10選んでみました。一般的に醸造用アルコールを蒸留して作るホワイトビネガーは素晴らしい家庭洗剤で、その高い酸度は多くのカビ、細菌、微生物を死滅させるのに十分な効果を持ちます。強烈な化学薬品の使用を避け、この安価で賢い方法についての更なるアドバイスを知らるにはこちら: <http://www.versatilevinegar.org/usesandtips.html>.

1. 頭髮用リンスとして。リンゴ酢1に対して水3を加え、シャンプーの後のリンスとして、あなたの髪によりつやと輝きを与えるのに使ってみてください。リンスの過程をこれで代用可能です。酢の臭いは髪が乾いた後はなくなるでしょう。

2. タッチスクリーンやパソコンのモニター、テレビの平面な画面の掃除に。マイクロファイバー素材の布を、蒸留水1対ホワイトビネガー1の割合でブレンドした液で湿らせて使います。(このアイデアは、スローフード・カタンツァーロ[Catanzaro]大学支部のティツィアーナ・クンボ[Tiziana Cumbo]さんによるものです)

3. やかんにこびりついた石灰を落とすには、カップに半分の酢に水を加え、汚れを落としたい表面にのぼし、1時間または1晩置きます。やかんを再び使う前に、よくすすいでください。
4. 詰まった配水管には、まずカップ半分の重曹を流し入れ、続けてカップ1杯分のホワイトビネガーを注ぎます。そのまま数分置いた後、温水で流します。
5. 曇った窓ガラスは、スプレー容器に入れたホワイトビネガーで魔法のごとくきれいにできます。より良い仕上げには新聞紙で拭き上げをしてください。
6. お肌のローションとしては、リンゴ酢1に対して濾過水3を混ぜます。ガラス瓶に入れて保存し、洗顔の後、瓶をよく振ってからコットンに含ませて顔に塗布してください。
7. リンゴ酢はひげ剃り後のお手入れに安心して使えます。この場合は洗顔時に薄めずそのまま利用してください。
8. 喉の痛みには、グラス1杯の水に酢とはちみつをそれぞれ1杯ずつ混ぜ合わせます。
9. 家庭の消臭剤としてホワイトビネガーを使ってみてください。例えば冷蔵庫の消臭には、グラス1杯のリンゴ酢を2日間置いておきます。
10. お酢をつけてこすると、シールの粘着剤をきれいに取り除けます。

手作り製品のレシピやエコロジーなアドバイスがありませんか? 件名に"Good Enough to Eat"と入れて、こちらまでメールでお送りくださいcommunication@slowfood.com