

岡田環

アゼルバイジャン在住 主婦

アゼルバイジャンの豊かな食文化

アゼルバイジャンの料理は、交易の十字路に位置する、その地理的条件が示すように、非常に多彩で様々な地域の文化が豊かに溶け合っています。トルコやペルシャの王朝の香りと、かつてのソ連時代に伝わったロシア大陸の料理のエッセンス、さらにはシルクロードの遙か東方の東アジアの影響までもが融和するその食文化は、遊牧による畜産や乳製品と、農耕文化がもたらした穀物と野菜をベースにして、独自の豊かな発展を遂げました。

多彩な粉食文化

アゼルバイジャンには多種多様な小麦粉を活用した料

理があります。タンディルというかまどで焼き上げる、チョレキと呼ばれる薄いパンは、どん





な料理にも欠かせない主食です。厚さ3センチほど、大きさは20センチを超える大ぶりのパンですが、かまどでぱりっと焼き上げた表面と、もちもちとした生地を熱々のうちに頬張るのは、格別の美味しさです。この他にも、油と小麦の生地を層のように重ねて焼き上げるパイのような食感のパンや、チーズや肉だね等を包んだ惣菜パンのようなもの、イーストを入れずにごく薄く伸ばして焼く平焼きパンなど、多くの種類のパンがあります。

郊外にドライブにゆくと、森の中の小さな小屋で、大きな鉄鍋を裏返したような、中心の盛り上がった鉄板で、薄焼きのパンを焼いている光景をよく見かけますが、これはグタツプと呼ばれるアゼルバイジャンの人気の軽食です。丸く伸ばした薄い生地に、刻んだハーブや、肉だね、秋にはかぼちゃなどの具材を挟んで2つに折り、こんがり両面を焼き上げてから、溶かしバターやスマックというスパイスを振りかけて供します。スマックは日本のゆか

りにも似た風味のスパイスで、香ばしい香りとぱりとした食感の楽しい料理です。

他にも、東方の餃子や饅頭とルーツを同じくするような料理もあります。ドゥシュベレと呼ばれる小さな水餃子は、ミントなどを混ぜた羊肉を、薄く伸ばした生地で包み、指先ほどの大きさになるようにごくごく小さく成形します。その過程を見せてもらったことがあります。アゼルバイジャンの家庭にはたいてい、大きな木台と細く長い麺棒が常備されていて、鮮やかな手さばきで小麦の生地をのべると伸ばしてゆくのは、一家の女性たちの熟練の技です。ドゥシュベレはスープの具として、羊の骨などで取った澄んだだしに浸して食べます。お好みで、乾燥ミントと、酢を添えて。

ドゥシュベレの他にも、このような小麦の生地を使った料理は、実に多彩で、ギルザなどの肉だねを包むものの他、甘い菓子にも用いられ、胡桃と砂糖のペーストをあんにしたシェ



ケルブラや、パイと砕いた胡桃を層に重ねてバターと甘い蜜をたっぷりと染み込ませたバクラヴァなどは、今も人気の伝統菓子です。

また、小麦の生地で麺も作ります。エリシテと呼ばれる細麺はスープの具材になりますし、太い平麺にして、羊肉のミートソースをかけたヒンキヤルという料理にしたりします。粉食の文化は、シルクロードを経て、その土地その土地の土着の文化の影響を受けて徐々にそのかたちを変えつつも、各地に脈々と伝播されてゆきました。

アゼルバイジャンの多彩な米料理

アゼルバイジャンでは、かつてのペルシャ帝国やシルクロードを通じた伝搬もあって、米食の文化も古くから根付いています。プロフという、日本の炊き込みご飯のような料理は実に多様で、その伝統的なレシピは、今も数多く残っています。このプロフは、トルコのピラウやイランのポロからも影響を受けていると言われ、同様の料理は、シルクロードの東の中央アジアの国々にも見られます。作り方にもいくつかバリエーションがあり、米を茹でてから蒸し上げたり、ブイヨンで炊き込んだり、加えるスパイスや肉の種類など、そのレシピは、その土地ごとの文化を色濃く反映していますが、基本的には米に油と野菜や肉を加えて、塩味をつけて調理する料理です。



アゼルバイジャンでは、塩水につけた長粒米を茹でたあとに、煮込んだ肉とそのブイヨンを加えて、蒸し炊きにして仕上げます。アゼルバイジャンらしいのは、ここでドライフルーツを加えたり、サフラン水を使うところで、美しい色合いと風味を加えます。これに、ドライフルーツやハーブと煮込んだ肉のシチューを添えて食べるのですが、さらさらとしてかつふんわりと柔らかかに蒸された米と、甘酸っぱい果物の香りやハーブの香味の加わった濃厚な煮込み肉のコンビネーションは、絶妙の美味しさで

す。このシチューには温暖で果物やハーブの豊富な土地柄らしく、干した杏やレーズン、ブルーベリー、チェリーなどの果物や、甘酸っぱい梅のような味わいのアルチャ、ほくほくとした栗やナッツなどをふんだんに使います。

肉と果物の煮込みは、日本人からすると、変わった取り合わせに思えますが、果物の酸味は、肉の脂っぽさをさっぱりとさせ、煮込んだハーブが肉の臭みを消し香りよく仕上げてくれます。ここで使う肉も、羊、牛、鶏と多様で、加える果物や、トマトやオリーブなどのソースのベース、肉の様々な種類の取り合わせによって、幾百通りのレシピがあるというのも納得がいきます。

また、おこげを楽しむ文化も東アジアと共通で存在し、鍋底にバターとごく薄焼きのパンを敷き詰めてから、蒸した米と具材を詰め、表面をかりかりに揚げ焼きにする「王様のプロフ(シャープロフ)」は祝宴に欠かせないごちそうです。これは非常に手の込んだ料理で、提供する時のそのデコレーションケーキのような姿も華やかで、とても祝祭感に満ちています。

様々なルーツのサラダや前菜

前菜には、牧畜の恵みである多種多様なチーズや発酵乳製品、塩漬けや燻製肉が並びますが、そこにさらに、カスピ海の魚の燻製や、豊富なハーブ、トマトやきゅうりなどの野菜や漬物などが加わります。サラダは、羊飼いのサラダと呼ばれる、トマトやきゅうりに刻んだハーブをたっぷりと加えたフレッシュなサラダや、茄子やピーマンをこんがり炭火焼きにしたマンガルサラダなど、アゼルバイジャンらしいレシピの他に、じゃがいもを使った、ソ連時代に普及したと思われるロシア風のサラダも多くあります。オリビエ、首都サラダ、ミモザ、ヴィネグレット、毛皮のコートを着たにしん等々、モスクワで親しんだメニューに、ここでまた再会することができました。





種類豊富なスープ

アゼルバイジャンで親しまれているスープのレシピも、その多様な文化の性格をよく表しています。前述の小粒の水餃子を浮かべたドゥシュベレスープや、レンズ豆を使ったメルジメッキョルバス、ヨーグルトに、米や卵を加えて煮込み、たっぷりのハーブを加えるドウガや、トマトやマッシュルームのポタージュ、さらにはボルシチなど、そのラインナップは実に豊富で、シルクロードの東と西の文化の溶け合うアゼルバイジャンの文化を反映しています。

牧畜文化が育んだ肉料理

アゼルバイジャンでは、キャバブと呼ばれる肉を炭火でシンプルに焼き上げる料理が人気です。羊、牛、鶏などの肉をこんがりとバーベキューして、ハーブをまぶした玉ねぎ、焼いたトマトと唐辛子、爽やかな香りのスマックというスパイスなどを添えて供します。特に、羊肉の美味しさは抜群で、塩気を含んだ土壌の草を食べて育つ羊の豊かな風味と、旨味のあふれる脂の美味しさは特別です。それぞれの部位ごとに、串に刺して塩で味付けをして焼く料理ですが、牛や羊の挽肉に、羊の脂を混ぜてふんわりと焼き上げるつくねのようなリュリャキャバブや、チョウザメの肉を使ったキャバブなどもあります。



また、大きな鉄鍋に、肉や玉ねぎ、じゃがいもをたっぷりの油で炒め焼きにして、揚げた茄子やトマトピーマンなどの夏野菜をぐると鍋の周りに並べてサーブする料理、サジなども悠久の遊牧民の歴史を感じさせる、豪快な一皿です。

豊かな地方の名物料理

アゼルバイジャン国内を旅行していると、植生や天候などが、その地方その地方によって大きく変わり、険峻な山岳部や乾燥した内陸部、カスピ海沿いの湿潤な海辺など、その多様な気候の変化に驚かされます。そんな変化

を反映して、地方ごとの郷土料理も実に多彩で、各地を旅する大きな楽しみとなります。

郷土料理で有名なものは、古都シェキの壺焼きのスープ、ピティや、南部ランキャラン地方の、胡桃の詰め物をしたロースト料理、レベンギなどですが、そのレシピや調理法も、村や町ごとにバリエーションがあり、非常に興味深いものです。北部のコーカサス山脈に連なる町では、寒い冬の時期を乗り切るために、干し肉を煮込んで、にんにくをたっぷり効かせた温かな麺料理と出会ったり、狩猟の時期には、野鳥を使って胡桃のソースで煮込んだレベンギが食べられたり、と新しい味を知ることも旅の醍醐味となります。

「三姉妹」「葡萄の葉」「ロールキャベツ」…多様なドルマ

ドルマと呼ばれる肉だねを詰めたり巻いたりする料理も、アゼルバイジャンらしい特色に満ちた料理です。中でも、初夏の若い葡萄の葉で、羊肉と米、ハーブを混ぜた肉だねを包んで蒸し焼きにする料理はとても伝統的なレシピで、季節や地方によって、違う葉を使ったり、キャベツで巻いたり、とアレンジも豊富です。小ぶりの指先ほどの大きさに巻いた葡萄の葉のドルマは、バターとブイオンを少量加えて蒸し煮にして、ヨーグルトを添えて食べます。コクのある肉だねの旨味と葡萄の葉の香りに、さっぱりとしたヨーグルトがとても良く合います。

また、この肉だねを茄子とピーマン、トマトにそれぞれ詰めて、ブイオンで煮込んだ「三姉妹のドルマ」も、彩りもよく、野菜の風味や食感



それぞれに異なるので、最後まで楽しく食べられる素敵な料理です。

このように、アゼルバイジャンの料理は非常に多彩で、シルクロードの東方から伝播した食材や調理法、ペルシャやトルコの王朝の文化、ソ連時代の名残といった、多様な文化的要素が溶け合った、豊かな食文化の賜物です。また、温暖な気候がもたらした、豊富な果物やハーブを多用するのも特徴で、独自のエキゾチックな風味のコンビネーションは、その大きな魅力のひとつです。山間の牧畜の畜産やカスピ海の海産物など、食材も豊富で、地方ごとに様々な郷土料理が楽しめるのも、旅する楽しみとなります。ぜひ、豊かなアゼルバイジャンの料理を味わってください。★