

なぜ発酵させるのか？

エチオピアの作物エンセーテをめぐる謎

藤本 武

ふじもと たけし / 富山大学、AA 研共同研究員

エチオピアにはバナナの仲間のエンセーテという巨大なイモをつける作物がある。蒸かしイモにする以外に、人々は手間と時間をかけ発酵させてから食べている。でもなぜわざわざ発酵させるのだろう。

巨大なイモ

アフリカ北部のエチオピアではバナナと同じバショウ科のエンセーテという作物がもっぱらその地で栽培されている。バナナに似ていることからニセバナナと呼ばれることもある。ただしバナナのように食べられる果実をつけるわけではない。では人々はなぜエンセーテを栽培しているのか。

じつはエンセーテはその地でさまざまに利用されている。葉を使い捨ての皿にしたり、料理を持ち運ぶ包みに使ったり、葉の中央の葉軸と呼ばれる部分を乾燥させて紐にしたりと日常生活に不可欠な素材となっている。

しかしエンセーテを栽培する最大の目的は何といっても食糧源としてである。エンセーテは多年生で、約10年で花が咲き食用にならない実をつけて枯れる。人々は枯れる前の4～8年ほどの株を収穫する。どう収穫するのかというと、民族ごとに多少方法がちがうが、私が調査で訪れるマロという農耕民の人たちはまず掘棒を2本使って株のまわりの地面を掘る。すると直径50センチ以上もある巨大な丸いイモ（正確には根茎）が露出してくる。半分ほど掘ったところで、幹のように見える部分（植物学的には偽茎という）を押し倒す

と、ようやくイモが掘り出される。ここまでは男性が行い、このあとの作業は女性が担う。

ひとつの株にはひとつのイモしかできないが、その重量は何と20～30キロ、大きいものだと40キロもある。ジャガイモやサツマイモの100倍以上ある。人間が食用に栽培するイモとしては世界最大級である。

ふたつの食べ方

このエンセーテにはいろいろな食べ方があるが、大きくふたつに分けられる。ひとつは皮を削って5～10センチ角の大きさに切ったものを土器に詰め、水を少量注ぎ、エンセーテの葉でふさいで1時間ほど蒸し煮するというものである。蒸かしイモと思ってもらえばいい。これだけだと無味なので、トウガラシや塩などの香辛料で味付けした葉菜と食べる。一度にたくさん作れるので、畑の協同労働（近隣の世帯間で働き手を出しあう労働慣行）など日中人が集まるときによく食べる。ほくほく感があっておいしい。ただしすぐ傷んでしまうため、収穫した日に調理し、その日か翌日には食べ切るのが基本である。この料理はタロイモやヤムイモ、サツマイモなど他のイモ類と共通した食べ方である。

もうひとつは発酵というプロセスを伴うものである。収穫したイモの皮をナイフで削ったら竹製の道具でイモを細かく砕く。また偽茎を構成する葉鞘をばらし、そのなかに蓄えられたでんぷんをしごきとる。これらは小さい株でもそれぞれ数時間、大きい株だと女性2人が1日かかりでようやく完了できる大変な作業である。最後にエンセーテの葉を敷き詰めた作業場でそれらを混ぜ、上からその葉を何枚もかぶせて覆う。

発酵すると穀物に？

2週間ほどすると乳酸発酵の酸っぱい香りのする発酵エンセーテができる。エチオピアで広くコチョコとして知られるものである。これはそのままでも数ヶ月もち、少しずつ取り出して用いる。ただそのまますぐ使えるわけではなく、1晩ほど重石をのせて水を切ってから石臼ですりつぶし繊維を取り除くなど手間と時間のかかる作業がさらに必要である。それでようやく円盤型のパンに焼いたり、蒸し料理にしたり、粒状に炒ったり、粥にしたり

バナナに似たエンセーテの姿。幹のように見える部分は植物学的には偽茎とよばれ、葉鞘という特殊な葉が幾重にもかさなってきている。



掘り出された巨大なイモ。



エンセーテの蒸かしイモ。



エンセーテの巨大なイモを細かく砕く。

発酵エンセーテを石臼で繰り返しすりつぶす。



偽茎を構成する葉鞘に蓄えられたでんぷんをしごきとる。



発酵エンセーテを焼いたパン。



首都アディスアベバのレストランでも食べられる発酵エンセーテ（コチヨ）（写真左右。中央下はエチオピア固有の雑穀テフの粉を水で溶き発酵させてからクレープ状に焼いたインジェラ）。



大勢のマロの人々にぎわう定期市。



とさまざまに調理して食べられるようになる。

じつはこれらの調理法はエンセーテ独自のものではなく、コムギやモロコシなど穀物のもとのほぼ共通しており、じっさい穀物の粉と混ぜて調理されることも多い。つまり、発酵というプロセスを経ると、エンセーテはいわば穀物になるのである。準備に手間がかかるため大人数の食事には適さないが、家族で囲む晩ご飯などでよく食べる。発酵しているせいか、深い味があり、毎日食べても飽きることがない。私は当初苦手だったが、今ではすっかりやみつきである。

つまりエンセーテには、収穫してすぐ調理し、大人数に提供してほとんどその日に消費されるイモ系列のシンプルな蒸し煮の食べ方と、時間と労力が必要なものの、発酵のおかげで保存が利き、穀物のように長期にわたって消費され、さまざまに調理される穀物系列の食べ方のふたつがあるのである。

「オンナ」と「オトコ」

じつはこのふたつは品種にも関係している。マロにエンセーテの品種は60以上あるが、各品種は「オンナ」か「オトコ」のいずれかとされる（この区別は生物学的なものではなく文化的なものである）。生育は早いが大きくなる「オンナ」品種のエンセーテは未熟なうちに収穫し、通常蒸し煮にして消費する。他方「オトコ」品種のエンセーテはじっくり育てたものを発酵させて食べる。また「オトコ」品種はイモを大きくするため一番肥沃な土に植える。

マロの人たちは高度1000～3000メートルの山地に暮らし、そのすべての高度でエンセーテを栽培する。ただ、その低地ではわずかに数本を植え、時おり食べるだけなのに対し、

3000メートル近い高地ではエンセーテは家を覆うように数百本びっしり栽培し、日々の食卓を支えるもっとも重要な食糧源となっている。またそうした高いところでは「オトコ」品種の株が多く、大半を発酵加工して食べている。

なぜ発酵させるのか？

しかしそもそも人々はなぜ手間と時間をかけてエンセーテを発酵させるのだろうか。すでにみたように、エンセーテは発酵させないと食べられないわけではない。他のイモ同様、蒸し煮すれば食べられる。なのにエンセーテを常食する人たちはみな発酵させて食べている。蒸し煮は保存が利かないが、発酵エンセーテは保存が利くからだろうか。ただ数年経た株は一年中いつでも収穫できるため、収穫後長期保存しなければならない必然性はない。つまり、エンセーテの発酵は解毒や長期保存の必要に迫られてのものではないのである。

だとすると発酵エンセーテは独特な味わいがあり、人々がそれをやみつきになっているからだろうか。じっさい日常的に発酵エンセーテを食べている人たちは蒸し煮を貧者の食事といい、発酵エンセーテに高い価値をおく。エンセーテを発酵させるのは人々の好みの問題というわけである。もちろんそれもあるだろう。ただ本当にそれだけだろうか。

稠密な社会を支える

もうひとつ考えるべきは、エンセーテを多く栽培するところは人口密度が高いことである。マロでも低地より高地のほうが人口密度が高く、またマロ以上にエンセーテを多く栽培し発酵エンセーテを常食するシダマなどの地域は人口密度が1平方キロあたり300人をこえ、これはアフリカの平均の10倍以上で日本並みの高さである。逆にエンセーテを少ししか作らず、ほとんど発酵加工しないで食べる社会は人口密度も高くない。高地のほうが人口密度が高いのはアフリカでエンセーテの栽培地域にかぎってのことではないが、発酵させて食べるエンセーテ栽培地域の高地はそのなかでも例外的な人口密度の高さなのである。つまり、エンセーテを多く栽培すること、その大半を発酵させて食べること、その人たちが高密度に暮らすこと、これらは別々のことでなく、おそらく密接に関係している。

これまでもエンセーテの高い収量（単位面積あたりの生産量）がその栽培地域の高い人口密度を支えていることは議論されてきたが、発酵による栄養成分の変化もおそらく重要だろう。エンセーテを発酵させるのは人々の好みというだけでなく、彼らの稠密な社会を成り立たせる不可欠の要素となっているとみられるが、本格的な研究はこれからである。

アフリカのなかでもエチオピアの一部地域で栽培されるにすぎないエンセーテだが、そこには人々と植物そして食物をめぐる奥深い世界がある。私は発酵エンセーテともどもこの世界にやみつきとなってしまったようで、これからも調査を通じて考えていきたい。