

ミャンマー 投資環境視察ミッション レポート

日程：2009年6月14日～20日

行き先：ヤンゴン、マンダレー、ネーピードー

ASEAN フードアンバサダー（食の大使）に就任して初めて日本アセアンセンターのミッションに参加しました。投資環境視察ミッションに随伴するという形です。

初日、投資環境視察ミッションに参加された方々にミャンマーのイメージについて聞いてみました。「ミャンマー」＝アウンサン・スー・チー女史、軍事政権、ビルマの豎琴、シュエタゴン・パゴダといった回答。では、食べ物の特徴は？と聞くと、ほぼ全員が「油に漬かったルーの少ないカレー」と声を揃えます（写真）。



この国の人はお米をとにかくたくさん食べます。常にレストランスタッフが、米櫃を持ち歩いて「おかわりどうですか？」と声をかけてくるのです。油の中に沈んだカレーと、たくさんのお総菜にかこまれ、食卓は大賑わい。油っぽいカレーのお供は、ハーブ、生野菜、緑の野菜のゴマ和えやサラダ（写真）。これらを一緒に食べれば、次の日の胃の疲労度が全く違います。



個人的に嬉しかったのが、豚料理の多さ。その味付けはとても興味を引きました。バラ肉を八丁味噌のような黒い味噌で煮込んだもの、豚足を柔らかく煮込み、空心菜といためたもの、そして、乾燥パパイヤと豚バラの煮物（写真）。



どれも非常に肉が柔らかく、味付けも親しみやすいものです。中華のような、和食のような、東南アジア独特の味なのか……とにかく白米に合うので、日本人も抵抗なく楽しめます。ちなみに、ミャンマーに住む民族のひとつ、シャン族のシャン料理というものがありますが、この料理はとてもポピュラー。中国料理の流れをくんでいるだけあって、味も中華料理にほぼ近い。蒸したり、炒めたりなど、日本人にも親しみやすい調味料、調理法が特徴です。

ごはんが好きな日本人の私達が喜んだ「ごはんもの」といえば、訪問先で出されたスナックでした。ミャンマー人にとってはスナックなのかもしれませんが、我々日本人にとってはおにぎりのような軽食です。

「あぶらご飯」と呼ばれるこのご飯はもち米を油でさらっと混ぜ、揚げたシャロットを上からかけただけのシンプルなもの（写真）。付け合わせには骨付き鶏の唐揚げ。非常においしいです。



次の写真にあるスナックももち米で作られていますが、トッピングが煮豆とゴマ塩。黒米もあったので、交互に楽しみました。



ミャンマー料理店に入って感じたのは、この国のレストランには選ぶ楽しみがあるということ。入り口付近にある、ショーケースや鍋の中にはたくさんのお総菜が入っています（写真）。そして、それらを指差し確認で注文していきます。



言葉が通じない国では非常に嬉しいシステム。また、最近ではミャンマー語のほか、英語のメニューもあるので、観光客に親切です。

また、ミャンマー人はお茶を飲みながら揚げパンをよく食べます(写真)。



これをコンデンスミルクで作られたロイヤルミルクティと一緒に食べるのですが、ミルクティに浸すともものすごい油が。一瞬ためらいますが、この揚げパンがほんのり甘くてふわっとしていきせになります。中国粥と一緒に食べる揚げパンの甘いバージョンです。かなり油を吸っていたのでどんな風に作られているのかを見たら、かなり激しい(写真)。



今度はこの油が気になってきて、調べたらこんなところに売られていました（写真）。



市場の一角。衛生管理…はさておき、ミャンマー料理に使われているのは主にパーム油。このほか、ゴマ油やピーナッツ油などもあります。自国でさえ足りないのに輸出はしていないのだとか。ちなみにパーム油はトランス脂肪酸と言って、体外に出て行かない、メタボリックの大敵。そのせいかどうかはわかりませんが、この国の男性は下腹がぽっこりとしている人が多いように思います。気のせいでしょうか？

今回の最大の収穫といえば、モヒンガーです。魚の骨ごとスープにした麺料理。手の凝った料理でした。



今回のミャンマーは驚きがたくさんあり、良い意味で期待を裏切ってくれました。油の量は別として、味付けなどは日本人も好むものばかりだったと思います。次回、また行く機会があるなら、是非、モヒンガーの料理教室に参加したいと思いました。

食べ物のことばかりでなく、目が合うと微笑んでくれる、そんな国民性にも感動する国でした。

2009年7月2日

栗原友