みんぱくリポジトリ
国立民族学博物館学術情報リポジトリ National Museum of Ethnolo

メキシコのアボカド・ソース"ワカモレ"
(ソースの文化論)

メタデータ	言語: jpn
	出版者:
	公開日: 2014-03-26
	キーワード (Ja):
	キーワード (En):
	作成者: 鈴木, 紀
	メールアドレス:
	所属:
URL	http://hdl.handle.net/10502/5138

メキシコのアボカド・ソース〝ワカモレ〟

ソースの文化論 Sauce

国立民族学博物館・准教授
鈴木 紀
（すずき もとい）

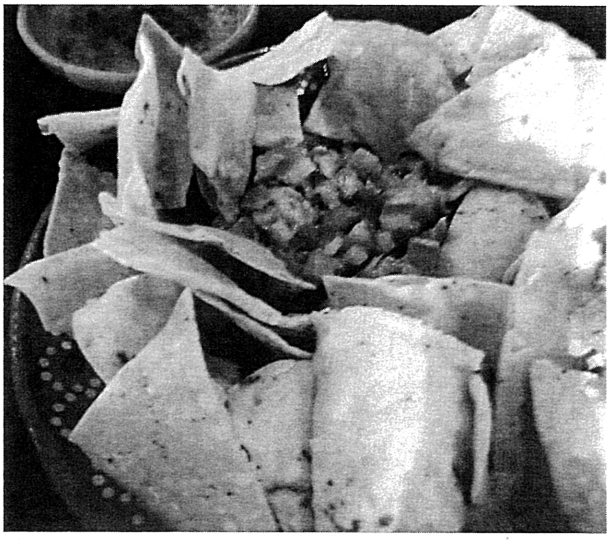
Profile

東京都出身
専門分野●開発人類学、ラテンアメリカ文化論
著書●『朝倉世界地理講座 14 ラテンアメリカ』（共編著）、『開発学を学ぶ人のために』（共著）

ワカモレはアボカドを用いたメキシコの代表的なソースである。アボカドの果肉をつぶし、トマト、タマネギ、セラーノ唐辛子（青唐辛子に類似）をみじん切りにしたものと混ぜて作る。味付けは、塩とライム果汁が基本だが、好みによってシラントロ（メキシコの香草）やニンニク、オリーブ油をいれることもある。アボカドのねっとりとした舌触りと、タマネギのさくさくした食感のバランスがよく、そこにトマトのうま味、唐辛子の辛さ、レモンの酸っぱさがブレンドされる。一口食べれば唾液が溢れ出す味で、食欲を増すソースである。色取りも、アボカドの明るい緑色にトマトの赤が見え、カラフルで楽しい。

ワカモレをおいしく食べるこつは、ちょうど食べ頃のアボカドを用いることだ。熟していないアボカドは果肉が硬く、そもそも、うまくつぶすことができない。逆に熟れすぎたアボカドは、果肉が黒ずみ風味も落ちる。またアボカドは空気に触れると酸化して変色するので、作りたてを食べることが肝心だ。ライム果汁を多めにすると変色を遅らせることができるが、あまり酸っぱいワカモレは、かえっていただけない。またワカモレにアボカドの種をのせ、ラップして冷蔵庫に保存すると変

トルティーヤとワカモレ
（撮影：青井睦）



色しないといわれている。大量につくった時の保存のテクニックだ。

ワカモレはソースというだけでなく、それ自体立派な料理でもある。メキシコの家庭ではパーティの時にワカモレがよく作られる。前菜の一つとしてテーブルにのぼり、トルティーヤ（ゆでたトウモロコシを挽いて薄くのばし、焼いた食べ物、メキシコ人の主食）を油で揚げたトトポスですくって食べることが普通だ。ビールやテキーラにもよくあう。ソースとしては、主に肉料理の付け合わせとして食べられる。たとえばレストランでステーキを頼むと、肉の横にワカモレが盛られてくることが多い。他には赤タマネギやウチワサボテンの炒め物、煮豆などがそえられる。肉といっしょにこれらの具をトルティーヤにつつんで食べる。ちょうど皿の上で、自分好みのタコスをつくる感覚だ。またメキシコのハンバーガー・ショップではワカモレが用意されていたり、ワカモレとチキンをはさんだサンドウイッチが売られていたりする。このようにワカモレは庶民の味として親しまれている。

ワカモレがメキシコを代表するソースなのには理由がある。材料のアボカドの原産地はメキシコおよびその周辺といわれている。考古学の研究によれば、約九千から一万年前にメキシコ中部、プエブラ州の洞窟で、アボカドを食べた痕跡が見つかっている。少なくともメキシコには二〇種のアボカドが知られており、現在もっとも生産されているのはハスといわれる種類である。これは一九三五年にアメリカ合衆国で品種登録されたものであるが、一九六〇年代にメキシコ西部のミチョアカン州でアボカドの商業的な栽培が開始された時に導入され、そこからメキシコ内外に広まった。現在でもメキシコは世界一のアボカド生産国であり、輸出国である。

ワカモレという名は、古代メキシコを統治していたアステカ人の言語、ナワトル語に由来する。アボカドを意味するahuacatlと、ソースを意味するmolliが組み合わさった言葉で、文字通りアボカド・ソースのことである。メキシコの俗信では、文化神として崇められているケツァルコアトルが人々にワカモレを教えたといわれている。その真偽は確かめようがないが、ワカモレはそれほどメキシコの人々にとって大切な食べ物だということが推察されよう。

一六世紀にスペイン人がメキシコに進出し、アステカの食文化に出会う。当初、彼らは馴染みのない新大陸の食物を積極的に食べようとはしなかったらしい。なぜなら自分たちと先住民は身体的に異なっていると考えていたため、先住民と同じ物を食べると、その差異が保てなくなることを恐れたからである。しかしアボカドは例外の一つで、その形からナシの一種と認識された。イエズス会師ホセ・デ・アコスタは『新大陸自然文化史』（一五九〇年刊行）の中で、アボカドを味がこまやかで脂肪分が多い健康食と紹介している。したがって当時のスペイン人もワカモレを味わったことだろう。そればかりか旧大陸の野菜であるタマネギをワカモレに入れることを思いついたのも、彼らだったかもしれない。ワカモレは、こうした文化交流の歴史を伝えるソースでもある。