



Inona ny vaovao?

イヌナ ニ バオバオ？
何か良いことあった？

マダガスカル 青年海外協力隊 通信 第4号 (2018/2/16) 福長 輝倅

今回のテーマ：マダガスカル（アンズズルベ）の食べ物事情と俺の料理

福長 輝倅 (FUKUNAGA TERUYUKI)	マダガスカルってどんなところ？
<p>隊次：2017年度2次隊</p> <p>活動国：マダガスカル</p> <p>赴任地：アンズズルベ (首都から約3時間)</p> <p>職種：コミュニティ開発</p> <p>前職：教師(非常勤/社会科)</p> <p>出身：岡山県・岡山市</p>  	<p>公用語：マダガスカル語・フランス語</p> <p>人口：約 2500 万人 (日本の6分の1ほど)</p> <p>国土：587, 000 km² (日本より大きい！)</p> <p>首都：アンタナナリボ</p> <p>宗教：キリスト教及び伝統宗教 少数派イスラム教</p> <p>民族：約 18 部族</p> 

① 野菜 -食べて分かる。日本の野菜は素晴らしい。-

マダガスカルは**食材が豊富**！！そこで、日常でどんな野菜を使って料理をしているのかをご紹介します。日本と同じものはどれだ？！



最強の食材

価格

- ① **アリコベール**：エンドウ豆のようで、どんな料理にも合う！
- ② **カボチャ**：甘い。しかし時々全く甘くないものがある。
- ③ **ソシエツ**：めっちゃめっちゃデカイキュウリ。煮るとおいしい。
- ④ **トマト**：日本のよりかなり小さいが、アフリカで採れるのは珍しい
- ⑤ **ネギ**：一本4円。安すぎる。
- ⑥ **アンギビー**：日本にはたぶんない、苦いがビールとの相性◎
- ⑦ **アナナ**：ただの葉っぱ。だけど、マダガスカル人はすごい好き。
- ⑧ **キャベツ**：日本と全く一緒。ただ、葉っぱシナシナしている。
- ⑨ **ピーマン**：これも日本と全く一緒。
- ⑩ **マンガハズ** (キャッサバ)：アフリカといえばキャッサバ。皮が固いが、マダガスカル人はおやつに食べる。

手間のみ必要

- ⑪ **玉ねぎ**：日本の半分以下のサイズで、日本のより涙がかなり出る。
- ⑫ **ジャガイモ**：かなり小さく、皮をむくとほとんど実が残らない。
- ⑬ **ニンジン**：人の中指位のサイズしかない。しかも青臭く、甘くない。
- ⑭ **ニンニク**：1つ8円。あまりに安いので使いすぎて、口が臭くなる。
- ⑮ **ショウガ**：1つ8円、これを料理に入れば、何でもおいしい。

ぜいたく品

- 左 **ツアラムス**：1カン 24円。これと肉を煮込むとうまい。
- 右 **ポアンズブリー**：丸いデカ豆という意味、これも肉と煮込む。
- 気分がいい時以外要らない**
- コルジェット**：バラのようなトゲがおおっていて、取らずに食べて口の中が血だらけに。ちゃんと皮をむこう。

② 俺の料理 -マダガスカルに住むならこれを作ろう-

マダガスカルで使える野菜を知ったということで、それらを使った料理をご紹介します。

野菜のカボチャ煮



カボチャを煮詰め、野菜を入れるだけ。野菜が豊富なマダガスカルでおすすめ。

牛肉とツアラムス



ぜいたく品のツアラムスと肉を油たっぷり煮詰める。油多めこそ、マダガスカル料理。

ラサー(マダガスカルサラダ)



トマト、玉ねぎ、小ねぎを刻んで、塩をかけるだけ。後はオリーブオイルかければ、結局おいしい。

海外特別編 (小麦粉で作れる)

うどんと餃子



③ 私の活動 -授業の改善、かまどの改善、泥炭づくり、ニワトリを飼う、かまどの普及-

今のところ、①しか行っていません。しかし、こんなことを活動でやっていこうと思っていることをご紹介します。

①**授業の改善をします。** 学校はやっぱり授業が基本。学校の先生も凄く頑張っているのですが、授業をどうやってより良くするかが難しい。そこで、会議を開き、先生と一緒に授業をどうやって良くするか話し合っています。



②**かまどを改良します。** マダガスカルでは左の写真のように、石の上にナベを置くだけ。「まき」を使って火をおこしますが、効率がとても悪いです。学校自主給食が始まったので、学校のかまどを改良し、学校を中心に地域に普及していけたらと思います。

③**泥炭をつくります。** ②に書いたようにたいていの家は、ガスではなく「まき」を使います。しかし、木を切りすぎることが環境破壊の問題となっています。そこで雑草と土を混ぜた泥炭を作ろうと思います。これを地域の人と作り、学校の給食で使います。木の切りすぎを防ぎ、地域で燃料を地産地消できると思います。



④**村で鶏を飼います。** 学校ではじまった自主給食は、栄養とお金が足りません。そこで、学校の運営委員会に参加する地域住民に呼びかけ共同で鶏を飼おうと思います。「卵を食べれて、時々鶏肉も食べれたら！」そんな妄想をしつつやってみようと思います。



⑤**学校菜園をします。** 学校の給食が少しずつ始まりましたが、食材を地域で持ち寄るので食べ物足りません。栄養も足りません。そこで、不足するたんぱく質を補うためにまずは大豆、次は違う野菜、という感じに学校菜園を行っていこうと思います。

