

世界一幸せな国ブータンへのたび ～ ブータンの蕎麦と料理 ～

江戸ソバリエ 菊地佳重子

ブータン国王夫妻の来日が切っ掛けで、「蕎麦マニ車研究会」との交流が始まった。蕎麦がキーワードの出会いである。

***江戸流蕎麦打ちを、現地ブータンで披露し交流を深めること。**

***ブータンの蕎麦事情を見てくること。**

2年間温めてきた壮大な企画がやっと実現することになった。用意万端！成田に向かう。ブータンへの直行便がない為、バンコク経由、バン格拉ディシュで荷物の搬入を経ての長旅である。

ブータンの空港パロに降り立つ。澄み切った青空に、ブータン独特の建物が浮かび上がり、心が躍った。



日本語堪能な青年ガイド、サンゲィさんと合流し、首都ティンブーに向かう。想像していたよりずっと、近代的な街で、ホテルやマンションが立ち並んでいた。

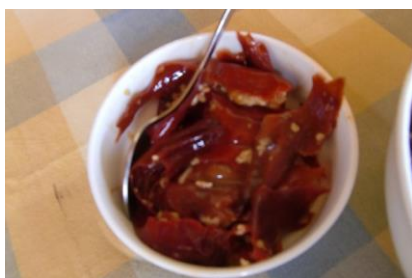
まずは、楽しみにしていた、ブータンの一般家庭で昼食を頂く。

正月のハレの日に食べるという（ヒュンテ）蕎麦粉で皮を作る、野菜餃子である。

作り方も見せてもらう。マニ車研究会でも、試行錯誤しながら、作ったことがあるので、興味深い料理であった。蕎麦粉を捏ね、薄くのばし、丸く型抜きし、ポックと状にする。具は、かぶの葉の干したもの、チーズ、香辛料、肉は入れない。形を整えて蒸す。とうがらしのタレをつけて食べる。何とも素朴な餃子であるが、懐かしい味がした。他には、野菜炒め、きのこのスープ、じゃがいものソティ、パスタ、牛肉の煮込みなどを頂いた。味の基本は、とうがらしとチーズだが、それぞれの料理が実に美味しい。

勿論ビールも**手作りの蕎麦焼酎アラ**も、こくがあり、辛い料理にとっても良く合う。





午後から、翌日に控えた蕎麦交流会の食材を求めて市場に行った。

市場は雑然としているものの、野菜や果物の種類は多い。戦後日本から農業指導があったこともあり、日本にある野菜や果物はほとんど、揃っていた。ただ違うのは、とうがらしが山のように積んで売られている事。とうがらしは、香辛料というよりも、野菜として食べているようで、大きさも、色も形も辛さもさまざまである。

天ぷらの材料を買った。かぼちゃ、なす、玉ねぎ、いんげん、オクラ、人参。果物は、りんご（ふじ）なし。市場の物価は日本の5/1位であろうか、安い。



交流会当日、ブータンの方々を 20 数名お招きして、江戸流蕎麦打ちを披露した。

日本から、全ての道具を持ち込み、蕎麦打ちの工程を余すところなく見ていただいた。

見事に切り揃った蕎麦に、大きな拍手を頂いた。

はしを使って食べる日本蕎麦、料理が、珍しかったようである。

他に、蕎麦とうふ、蕎麦がき、蕎麦の実雑炊、蕎麦味噌、蕎麦ぼーろ、などをお出しした。

天ぷらもたくさん揚げ、作り方もお教えし、楽しい有意義な交流会になった。

華やかな民族衣装（男性は ゴ。女性は キラ。）を纏ったお客様全員が、美味しい！素晴らしい！と、お褒めの言葉を下さり、一同ほっと胸を撫で下ろした。

これからも、日本とブータンの楽しい交流が、ずっと続けられるよう努力してゆきたいと強く思う。



ブータンの蕎麦畑を見に行く。ピンクの蕎麦の花が満開だった。美しい！

ブータンの地形上、山の斜面を切り開き、ほとんどの畑が、細かく仕切られた棚田になっている。

パッチワークのように、ピンクの蕎麦、黄色の菜の花、緑の麦。実に綺麗な風景である。

ピンクの蕎麦は、韃靼そばで、にが蕎麦と、普通の蕎麦があるという。



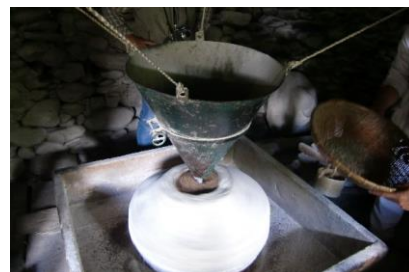
近くの製粉所では、水車を動力として、のんびりと手作業で蕎麦の実を蕎麦粉にしていた。

少し雑さの残る蕎麦粉で作る、ブータンの蕎麦料理は、素朴なものが
が多い。

＊蕎麦粉を捏ね、テコの原理で押し出しためんを、茹で、バターで炒め、とうがらしとチーズを加えたパスタ。

＊蕎麦粉をクレープ状に焼き、蕎麦の花のはちみつ、バラのジャムをつけて食べるデザート。

＊主食代わりのパンケーキ、蕎麦がき。



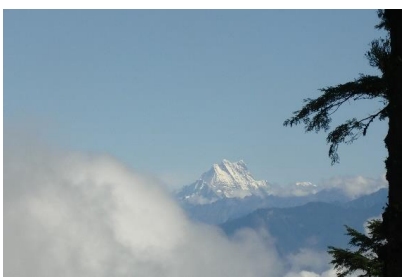
＊仏事に供える蕎麦粉のクッキー（カプセ）は、繊細な形で、素朴な味がする。



蕎麦というキーワードで旅をしたブータン王国は、ガタガタ道を走り抜けるハードな日程だったが、美しい棚田の風景、峠から見た青空にそびえるエベレスト、山の斜面に咲き誇るエーデルワイスや高山植物の数々。のん気に道の真ん中を歩く牛。全てがうつくしかった。

命ある物、全てを殺さないという優しい国民性。

墓を持たないという死後への独特な思想感にふれ感動した。



世界一幸せな国ブータンの意味が少し分かった気がした。

何よりもブータンの料理が美味しかったこと。

日本の蕎麦、食文化をブータンの方々にほんの少し伝えることができたこと。

私にとって、大きな実りある旅であり、全ての方々に感謝した旅であった。



おわり