

# ミルクとバターオイルは不可欠な食材 一人びとの命を支える

## エチオピア低地、アファール牧畜民の乳利用

帯広畜産大学人間科学研究部門准教授 平田 昌弘

アフリカ東部のエチオピア。「アフリカの角」と呼ばれる紅海・インド洋に突き出た地域にあります。アフリカでは標高が低くなるにつれて気温が上がり、降水量が少なくなります。エチオピア東部の乾燥した低地では、東クシ系のアファール牧畜民が家畜に全面的に依存して暮らしています。攻撃性が強く、しばしば他部族の殺りくを行うといわれます。そんなアファール牧畜民の人びとが、どのような食生活を送り、どのように乳製品を利用しているのか、寝起きを共にしながら彼らの生活を追いました。(著者)

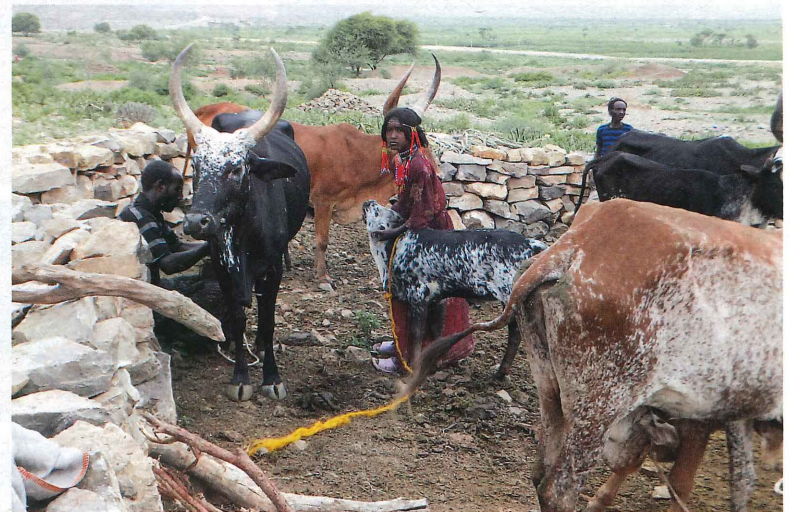


写真1 アファール牧畜民の牛の搾乳。子牛が催乳に用いられる

### 家畜に頼りとするのは 肉よりもミルク

滞在した世帯は6人家族で、牛を5頭、ラクダを4頭、ヤギ・羊を49頭飼養しています。子どもは10歳になると牧夫として、家畜の放牧を担当するようになります。かつては牛50頭、ラクダ30頭、ヤギ・羊250頭を飼養していたそうです。近年、干ばつの頻発、病気のまん延、ハイエナによる獣害により、家畜の飼養数が減少したといえます。なんとも厳しい生態環境の中で、家畜を飼養しているものですね。

生活のために家畜を売却した頭数は年間、ヤギ・羊10頭、ラクダ1頭のみ。ヤギ・羊の売却は小麦粉やお茶など生活必需品を購入するために、牛やラクダの大家畜の売却は家屋の建設などまとまった資金が必要な際に行います。また、家族が食べるためにと殺した頭数は、ヤギ・羊5頭、ラクダ1頭といえます。普段の日に家畜をと殺することはありません。イスラム教の祭日や友人が訪ねてきた「晴れ」の日のみに家畜をほふり、肉を供するといえます。彼らが家畜に頼りとするのは、肉よりも断然にミルクなのです。

### 子畜を催乳に用いる 牛・ラクダの搾乳

牛とラクダの搾乳は男が、ヤギ・羊は主に女が担当します。ヤギ・羊、牛の搾乳は朝晩2回です。牛の場合は、搾乳前に子畜に1分ほど哺乳させてから搾乳します(催乳)。まず子畜に哺乳させないと、搾乳でき

ないといえます(写真1)。ラクダは朝6時と夕方6時、そして

夜9時の1日3回搾乳です。ラクダの搾乳においても子畜が催乳に用いられます。

生乳は「ハナ」と呼ばれます。生乳の多くは加工に回されます。搾乳の際、生乳を受け集めるために専用の容器が用いられます。この容器を「ホルデ」と呼びます。ホルデは内部を火でいぶしておきます(写真2)。内部をいぶしておく理由は、生乳が腐敗しにくくなる、ヨーグルトやバターオイル、バターミルクなどの乳製品の味が良くなるからです。彼らは、この独特に香り付けされた乳製品を好みます。飲んでみると煙臭く、日本のすっきりとしたミルクの味に慣れている筆者の舌には、なかなか合いませんでした。

### バターは 美容クリームの代替品!?

ヤギ・羊、牛の生乳は加熱しないまま、前日の残りの酸乳を少量加えて一晩静置します。翌朝には「ラブイータ」と呼ばれるヨーグルトになっています。ラブイータは、そんなに酸っぱくなく、容器を薫煙しているため複雑な味わいです。アファール牧畜民は日常、ヨーグルトを頻繁に食べはしません。子どもたちが欲しがった際に食べる程度です。

このヨーグルトを「コッダ」と呼ばれるヤギの革袋に入れて、左右に1時間ほど振とう(チャーニング)し、バターを製造します(写真3)。チャーニングが終わったら、冷水を少量加えます。冷水を加えるとバター

が固まり、より多く取ることができるといえます。バターは「ムトゥック」と呼びます。アファール牧畜民の生活で興味深いのは、なんとバターを食料に利用しないことです。美容クリーム代わりに肌に塗ったり、頭に付けたりするのです(写真4)。バターを頭に塗るとバターが溶けて肌や髪が潤い、見た目にも美しいといえます。また脳に影響し、体全体が健康になるともいいます。バターを食に用いない例は、ユーラシア大陸では全く見られません。

乳脂肪を食用として利用するのは、バターを加熱してバターオイルにしてからです。バターを小鍋に入れてかまどにかけます(写真5)。3分ほどでバターは溶けます。ザルでこしてゴミなどを取り除きます。再び小鍋に入れ、かまどで加熱しながら小麦粉を加えます。小麦粉を加えて加熱すると、バターオイルの純度がより高まるといいます。彼らはバターオイルを「ソバーハ」と呼びます。バターオイルは、子ヤギの革袋の中に入れておくと1年以上も保存できるといえます。バターオイルは、小麦粉を湯で練ってつくった「ダロー」(写真6)、「ゴゴイタ」と呼ばれるパンに付ける薬味など、アファール牧畜民の多くの料理に用いられます。コーヒーにも加えて飲みます。

バターを取った後に残った液体のバターミルクは「イタ」と呼ばれます。アファール牧畜民は、バターミルクを加熱凝固させてチーズへとさらに加工することはありません。そのまま飲んでしまいます。

このようにアファール牧畜民の乳加工の



写真2 搾乳容器ホルデの薫煙



写真3 ヤギの革袋を利用したチャーニング

ます。妻は低木の枝を燃料に利用して、朝食をつくり始めます。朝食の準備と並行して、女たちはヤギの搾乳をします。朝7時過ぎに朝食です。朝食に搾りたてのヤギの生乳を用いること

特徴は、生乳から乳脂肪をバターやバターオイルとして積極的に分画・保存する一方、乳タンパク質をチーズに加工しない点にあるといえましょう。

### 朝のラクダミルクの回し飲みは 男たちの楽しみ

ラクダの生乳(以下、ミルク)は加工することは全くありません。そのまますぐに飲んでしまいます。アフール牧畜民に、ラクダのミルクをなぜ加工しないのかと聞くと、「ラクダのミルクは、生のまま飲むものである。加工してはならない。また、たとえ加工したとしても、うまく発酵してくれない」と言います。

アフール牧畜民の社会では、朝6時にラクダの搾乳が始まります。筆者が調査した集落では、ラクダを数世帯で共同飼養しており、成ラクダ20頭ほど、泌乳中のラクダ約8頭が決まった場所に集められています。朝のラクダのミルクはラクダの所有者でなくとも、また集落外の者でも、搾乳場所に集まった者であるなら誰にでも分け

与えられるといえます。朝のラクダの搾乳場所には、男が20人ほど集まっていた。1頭のラクダからは、朝に1.5ℓほどのミルクが得られます。これを「アムル」と呼ばれる容器に搾り受け、集まった男10人ほどで回し飲みしていきます(64頁写真7)。搾りたてのラクダのミルクは温かく、味はほのかに甘く、爽やかさを感じさせます。このラクダミルクの回し飲みは、アフール牧畜民の朝の楽しみともなっています。男たちは1ℓ弱のミルクをそれぞれに飲み干し、満足げに宿営地に帰って行きます。

### 1日の食生活を見る

#### ●朝のヤギの搾乳と朝食

朝6時のラクダの搾乳が終わり、男たちが宿営地に戻ってくると、ヤギ小屋の扉を開けて、成ヤギを家屋の周辺で放牧し

も多くあります。筆者がいただいた朝食は、たいていダロー(写真6)と紅茶でした。ダローに赤トウガラシ粉と塩で味付けしたバターオイル、そして搾りたてのヤギのミルクを掛けて食べます。この味付けしたバターオイルは「バラエ」と呼ばれています。「テケル」と呼ばれることもあります。このようにアフリカ東部の味付け方法は、日本のようなうま味成分(タンパク質の発酵による分解産物)とは異なり、油のまろやかさとトウ



写真5 バターオイルの加工



写真4 バターのコスメ利用

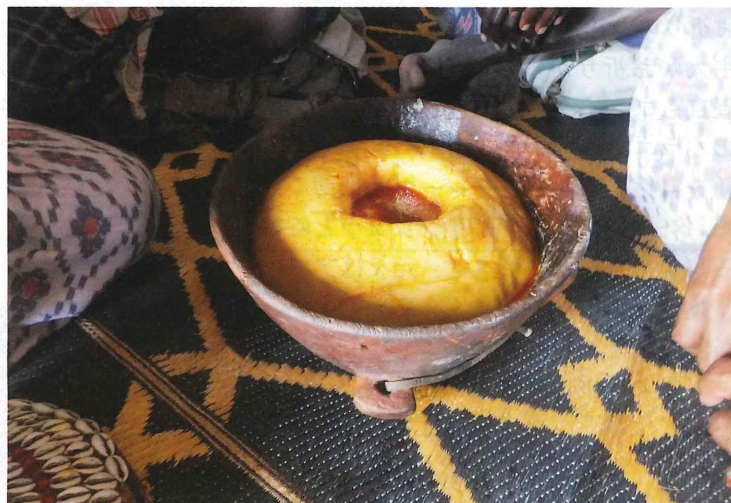


写真6 小麦粉を練ってつくったダロー。中心に赤トウガラシ粉と塩で味付けしたバラエと呼ばれるバターオイル、搾りたてのヤギのミルクが盛られている



写真7 朝の男たちによるラクダミルクの回し飲み



写真8 アファール牧畜民が共にする食事

ガラスの辛さによっています。自家製パンのゴゴイタをちぎって、バラエを掛けた朝食もありました。小麦粉そしてバターオイル、ミルクの摂取頻度の高さが分かります。

### ●気ままに過ごす午後

朝食後は、牧童たちが牛やヤギを放牧に連れ出します。主人は家でごろ寝する、親戚や友人を迎えて雑談する一など気ままに過ごします。午後1時ごろになると主人はお祈りのために近くのモスクに出掛けます。主人がお祈りから帰ってくると昼食です。昼食もゴゴイタに味付けしたバターオイルのバラエ、ダローにバラエ、もしくは穀物粉を自然発酵させてクレープ状に薄く焼いた「タービタ(高地ではインジェラと呼ばれる)」でした。タービタは、元々はアファール牧畜民の料理ではなく、高地の人びとの料理でした。

午後、日中の気温は35℃にもなります。日差しは強く、炎天下ではさらに熱さを感じます。昼食後も主人は、宿営テントや木々の日陰などで寝そべり、昼寝や親戚との雑談を楽しみます。気が向いたら、家畜小屋の掃除や、石組みの塀を積み直したりし

ます。

### ●夕方 of 平穏と慌ただしさ

夕方の4時ごろ、主人は再びモスクにお祈りに行きます。夕方、おなががすくとゴゴイタやタービタをつまみ、紅茶を飲むことが多くありました。紅茶には砂糖をたっぷりと入れます。過酷な環境の中での疲労を、甘ったるい紅茶が癒やしてくれます。

5時過ぎに、妻は夕食をつくり始めます。6時過ぎになると、家畜群が放牧地から集落に戻り始め、にわかに集落周辺が騒々しくなってきます。家畜群が集落に戻ると、すぐに搾乳となります。搾乳は7時過ぎまでかかります。途中から日が落ちて暗くなり始め、懐中電灯をつけながらの搾乳となります。搾乳が終わったころ、辺りはすっかり暗くなっていました。

### ●日が落ちて涼しくなった晩の楽しみ

夕食は搾乳が終わってからで、8時過ぎになります。メニューはゴゴイタとバラエ、ダローにバラエ、そしてタービタに「シロ」と呼ばれる豆のペーストが主でした。朝昼晩の3食は、1年を通じて、ほぼ同じ内容です。

晩には、各世帯にラクダのミルクが届けられます。朝のラクダのミルクは搾乳場所で男たちによって飲まれましたが、夕方と夜のラクダのミルクは持ち主のテントまで届けられ、各世帯で主に女性や子どもが飲むといえます。つまり女性の晩食には、ラクダのミルクが付くことになります。

アファール牧畜民の人びとは1人だけで食事すること(個食)はまずなく、親戚や友人たちと共に食べるのが常です(写真8)。たいてい10人ぐらいで食事をしています。ラクダや牛を共に放牧させている世帯の男たちが、共に食事を取ることも多くあります。客人を招いて食事をしたり、訪ねて行って一緒に食べたりします。このように労働の貸し借り、食事の貸し借りをすることを通じて、アファールの人びとは関係を強め、助け合いながら生きているといえましょう。人間関係を強化する1つの手段として、食事が利用されている社会なのです。物を多く持たない彼らは必然的に人に向かいます。

晩食が終わると紅茶を飲みながら、親戚や友人と涼しくなった夜を楽しみながら雑談を楽しみます。9時過ぎに客人は帰っていき、10時前には就寝となります。



アファール牧畜民の食事の特徴をまとめると、①朝はラクダミルクから始まり朝食、昼食、晩食そして間食としてパン(ゴゴイタ)や穀物粉クレープ(タービタ)と甘い紅茶とが取られ②小麦粉の練り物(ダロー)やパン(ゴゴイタ)などの小麦粉を用いた料理にミルク・バターオイルのソースを掛ける食事が多用され③日常は小麦粉、ミルクとバターオイルとが重要な食材となっており④野菜は全く利用しておらず⑤食事は世帯の枠を超えて、親戚や友人と共にするのが常である一となるでしょう。このようにミルクとバターオイルは食事に頻りに利用される不可欠な食材となっており、厳しい自然環境の中でアファール牧畜民の生活を支えているといえるでしょう。まさにミルクが人びとの命を支えているのです。

(注)エチオピアの乳加工体系の詳細については、平田昌弘(2013)「エチオピア中高地における乳加工体系」『ミルクサイエンス』62(1): pp.1-10を参照ください



### プロフィール

ひらた まさひろ

1967年生まれ、福井県出身。91年東北大学農学部卒業、93年東京大学大学院農学系研究科修士課程修了、98年京都大学大学院農学研究科博士後期課程研究指導認定。京都大学東南アジア研究所研究員などを経て2004年帯広畜産大学畜産科学科助教授、07年准教授、17年から現職。1993～96年青年海外協力隊としてシリアで活動。農学博士(京都大学)