

## 海外情報

# 続 旅の空、時々 地の芋 メキシコ編

東京農業大学

アルマンド サントスコイ  
(Armando Santoscoy)

夏秋 啓子

### オリンピックサッカーで金メダル！

メキシコといえば、ロンドンオリンピックの男子サッカーで、日本、ブラジルを打ち破り、金メダルに輝いたことが記憶に新しい。古くはメキシコオリンピックもあった。また、食べ物といえばタコス、お酒といえばテキーラ、音楽はマリアッチなどを思い浮かべる人もいるだろう。

メキシコ（正式には、メキシコ合衆国；United Mexican States）と日本との友好の歴史は長く、すでに2009年には交流400周年記念を迎えている。これは、1609年にフィリピン諸島総督らの船がメキシコへ向かう途中に千葉県御宿沖で遭難したものの、村人が献身的に救助、歓待した出来事による。一行の代表は徳川家康に謁見し、家康により造られた船で帰国している。メキシコの漢字表記は「墨西哥」。日墨は地理的な距離は約8,900kmと大変に遠いが、歴史的には近く親しい国といえよう。

### 歴史ある国メキシコ

紀元前1200年頃から栄え、巨大な人物頭像で有名なオルメカ文明、15世紀からはピラミッドや天体観測でも知られるアステカ文明など、メキシコはアメリカ大陸でも古

くから文明が栄えた国である。1519年にはスペイン人コルテスがメキシコを侵略した。

現在のメキシコは、人口1億863万人、国土面積は日本の約5倍の196万km<sup>2</sup>。北は、アメリカ合衆国、南東にグアテマラおよびベリーズと国境を接し、東は太平洋、西はメキシコ湾、カリブ海、さらに大西洋に面する中米の国である（図1）。

首都は海拔2,240mのメキシコ・シティ。住民の約60%は欧州系と先住民の混血、39%が先住民、9%がスペイン系など欧州



図1 メキシコの地図

---

系で、言語はスペイン語、国民の約90%はキリスト教（カトリック）である。なお、メキシコ・シティの海拔は富士山の5合目付近に匹敵する。訪れる日本人はしばしば、高山病に悩まされるというから、注意が必要かもしれない。1920年以降はクーデターも無く、中南米の国々としては政情が安定している。ただし、治安対策についてはメキシコ政府が現在も力を入れているところである。

### メキシコの気候

メキシコの国土は広い。そのため、気候は多様である。つばの広いソンブレロ帽を被った男性とサボテンという暑く乾燥したイメージがあるが、乾燥帯は北部やメキシコ・シティなどの中央高原地域に存在する。東の太平洋側は温帯、南は熱帯気候である。日差しは強いが、5月から10月が雨季、11月から4月は乾季となる。ときに、大型の熱帯低気圧であるハリケーンが被害をもたらす。海浜のリゾートとして日本人にも人気のカンクンは、2005年10月にハリケーン・ウィルマにより大きな被害が出た。

### 様々な農作物の故郷 熱帯アメリカ

熱帯アメリカを原産とする農作物は多い。トウガラシ、トウモロコシ、ズッキーニ、インゲンマメ、いも類ではサツマイモ、果物ではパパイヤ、ドラゴンフルーツ、アボカド、グアバなどが知られる。

日本ではアフリカのガーナがカカオの原産地だと思っている人によく会うが、これも熱帯アメリカ産。アステカ文明やマヤ文明ではカカオはお金と同じ価値があったという。畑や庭で育つお金というわけである。

トマトもまた、熱帯アメリカからヨーロッパに渡った。今ではイタリア料理には欠かせないし、日本を含め世界中で食されている。しかし、同じく熱帯アメリカ原産のショクヨウホオズキの仲間は、ヨーロッパでは食されているが、日本ではまだあまり普及していない。熱帯アメリカからのすべての農作物が世界に羽ばたいたというわけではないようだ。

### メキシコの農業

2009年の日本の国内総生産（GDP）約50,690億US \$、メキシコは約8,721億US \$であった。このGDPから見ると、メキシコにおける農林牧畜水産業の割合はおおよそ4%弱と意外に、そして、かなり小さい。大きいのはサービス、次が、製造業である。農業人口の割合は約19%（日本は3%以下）、国土の約半分が耕地、牧草地などの農用地となっている（参考資料1）。主な農産物は、トウモロコシ（生産量世界第4位）、サトウキビ、トマト、アボカド（生産量世界第1位）、さらに、柑橘類やコーヒーなども多い。

### メキシコのいも類

ジャガイモとサツマイモはメキシコでも一般的ないも類といえる。野生のジャガイモも見ることができるが、現在、メキシコで栽培されているジャガイモは、16世紀にもたらされたものとされる。国全体ではおよそ150万t程度が生産されるが、輸入も増えている。しかしながら、年間一人当たり消費量は17kgと、主食のトウモロコシなどと比べると少ない（参考資料2）。サツマイモもメキシコ料理によく登場する

が、2,312ha、3万3,052tの生産となっている。

さて、メキシコではジャガイモ入りのシチューがマヤあるいはアステカ文明以来、伝統的に作られてきた。現在でも、メキシコ料理として味わうことができる。パピタス（papitasu）と呼ばれるフライドポテトも、いわゆるファーストフードのチェーン店でも売られるが、それだけではなく、パーティやサッカー観戦などでの一般的なスナックとしてよく食される。マッシュポテトもまた、肉類の付け合せなどとしてよく食卓に上がる。直径が2 cm以下の小さいジャガイモを皮つきのまま、メキシコ特産の青トウガラシであるハラペーニョやニンジンとともに酢漬けにしたものも美味しい。

メキシコには70年以上の歴史がある有名なポテトチップスのブランドもあり、塩味

や、世界で一番辛いトウガラシであるハバネロ味など、様々なスパイシーな香辛料で味付けされたものが売られている。一方、サツマイモは茹でてシロップで甘くして食べることが多いようだ。

### メキシコで一番人気のいも類といえば

メキシコで一番人気のいも類といえば、ヤムビーン（*Pachyrhizus erosus*）ではないだろうか（図2、3）。ヤムビーンはメキシコではヒカマ（Jicama）と呼ばれている。メキシコを含む熱帯アメリカからは、前述のような美味しい食材が世界に、そして、日本に定着しているのにヒカマは日本ではほとんど知られていないのは不思議である。

このヒカマがアジアに紹介されたのは、メキシコと同じくスペインの植民地であったフィリピン経由である。フィリピンなどではヤムビーンあるいはその食感からアイスポテトと呼ぶこともある。アジアではインドネシア、ベトナムなどでも栽培されて



図2 スーパーマーケットで売られるヒカマ



図3 屋台で売られるヒカマ。その場で食べることができる。

いる。

### 珍しいヒカマ

ヒカマは、梨あるいは小蕪のような形で、皮の色は黄色、皮をむくと中は白い。大きさは直径10～20cmだが、30cmくらいの大きさになるものもある。保存性もよく、12～16℃であれば2か月程度は保存できる。

いも類といっても、ヒカマはマメ科植物。いもは、塊茎である。地上部はつる性で、4～5mにまで育つ。そのため、日本語ではクズイモ（葛芋）と呼ばれる。マメ科植物なので、空気中の窒素を固定することができるため、やせた土地でも育つ。一方、いもは無毒で食用だが、不思議なことに、茎や葉、種にはロテノンという殺虫成分が含まれている。そのため、ヒカマの種子は天然の殺虫剤として利用されたほか、現在では禁止されているが、毒成分を川に流して魚を捕えるのにも使われたという。

この成分を取ってからの種子は食用油を得るためにも使うことができる。様々な効用があるいも類なのである。

### ヒカマの栽培

ヒカマはメキシコの色々な地域で、一年中栽培される。年間1,000～1,500mmの降雨量があるところが栽培に適するが、一方、海拔は1,400mくらいまでで、それ以上の高地では栽培されない。また、霜に弱いので北の方ではほとんど栽培されない。メキシコでの栽培面積は6,175haで、生産量は約17万tとなっている。

一般には、乾燥し、暖かい場所を好む。夏に栽培すると、いもは小さいけれど味が良いとされる。一方で、冬にはベストな形

のヒカマが収穫できる。

### ヒカマの栄養

ヒカマにはビタミンC、カルシウム、リン、カリウム、鉄が含まれているが、特筆すべきはポリフルクトサン成分(イヌリン)に富んでいることである。イヌリンは多糖類の一群で、甘みはあるが砂糖などよりカロリーが低いため、ダイエットにも適している。また、可溶性繊維として腸の調子を整える。血糖値に影響を与えないため、糖尿病への効果があると考える人もいる。このようなことから、ヒカマは現代人の健康に有用ないも類といえるのではないだろうか。

### 楽しいホームパーティで

筆者の一人であるサントスコイのメキシコの実家では、週末になると牧場に行っておもてなしパーティーの様な集まりを楽しむ。メキシコではカジュアルなホームパーティーやバーベキューでヒカマは定番だ。ピコ・デ・ガヨという料理はフルーツと野菜を使うメキシコでは有名なサラダで、いつでも人気がある（図4）。キュウリ、オ



図4 美味しく華やかなピコ・デ・ガヨ。  
ヒカマも重要な素材の一つ。

レンジ、マンゴー、パインアップルなど季節の野菜や果物に、もちろんヒカマも加える。これに塩、レモンとトウガラシ入りのチリソースで味付けをするのである。様々な果物が織りなす華やかな色合いと新鮮な果物の香り、そして美味しさは、ぜひ日本の皆さんにも食べて頂きたいものの一つ。とくに、暑い時に最高の前菜ともなる。

ヒカマはさらに、シチューの具材にも、また、ジュースの素材にもなる。また、多くの人々はただレモンをかけて生で味わう。

### もっとヒカマをどうぞ！

食感的にダイコンや梨に近く、さっぱりとした、しかし甘みをしっかり感じるができるヒカマ。色は白く、味にくせがほとんどない。生でも調理しても食べられる(図5)。そのような様々な特徴があることから、和食にもなじみやすく、一般の方々にも取り入れやすい野菜と言えよう。それだけではない。日々新しい食材を求め、進化している料理界においても、料理の冒険家にチャレンジしてもらいたい将来性のある素材である。



図5 生のヒカマ。シンプルに粉トウガラシとレモンでも美味しい。

### メキシコの知られざる食材

メキシコ料理ではチレと呼ばれるトウガラシが必ず登場する。メキシコには数百種類のトウガラシがあるといわれ、単に辛いだけでなく微妙な風味の違いがある。トウモロコシの粉を水で練り、薄く丸く延ばして焼いたトルテイージャにいろいろなものを包んで、トウガラシ入りのトマトソースで味付けたサルサをかけたタコス、メキシコ料理には欠かせない。

トウモロコシに発生する黒穂病により異常に膨らんだトウモロコシの実、クイトラコーチェという人気の食材で、缶詰まで売られている(図6)。筆者らの研究室ではこのクイトラコーチェを食べる会を毎年開催しているが、中々の人気である。このほか、ウチワサボテンであるノパル、テキーラを作るリュウゼツランから取った糖な



図6 クイトラコーチェの缶詰。トウガラシやレモンなどととも、タコスの具になる。

---

ど、今後、日本で人気がでそうな食材が多い。

日墨の友好の歴史は長いが、まだお互いに知らないことも多い。お互いの食材、さらに文化についてもさらに理解が深まることを期待している。

#### 筆者紹介

筆者の一人であるアルマンド サントスコイは、メキシコ出身。現在、千葉県在住。1996年に組織培養などバイテクを利用した花卉栽培研修のために来日して以来、様々な研究やビジネスを展開している。東京農

業大学ではスペイン語の指導をするとともに、メキシコの文化や食材の紹介にも努めている。

#### 参考資料

- 1) メキシコの農林水産業概況（農林水産省ホームページ）  
[http://www.maff.go.jp/j/kokusai/kokusei/kaigai\\_nogyo/k\\_gaikyo/mxc.html](http://www.maff.go.jp/j/kokusai/kokusei/kaigai_nogyo/k_gaikyo/mxc.html)
- 2) 国際ジャガイモ年ホームページ  
<http://www.potato2008.org/en/world/latinamerica.html>