

LOROSAE-TIMOR

東ティモールからの便り④ 2024.8

青年海外協力隊 2023 年度 4 次隊 若森恵里:看護師

Botarde! Di'ak ka lae? (こんにちは、元気ですか?)

日本では夏真っ盛り! 夏休みやオリンピックもあつていろいろ盛り上がっているところでしょうか?

東ティモールには日本の夏休みやお盆休みのような長期休暇は存在しません。(一年中夏ですからね)

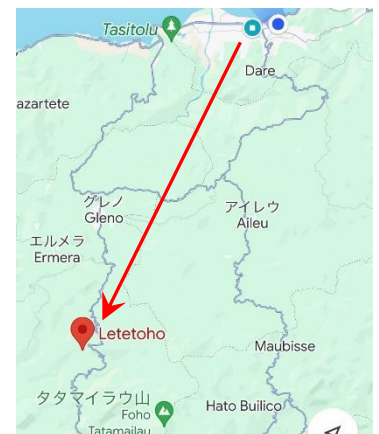
しかし 7 月の終わりに学科試験や実習終了などがあり長期休暇に入っている学生も多いです。ただ観光地や商業施設が少ないため、街の様子はあまりいつもと変わらない印象を受けています。



【letefoho コーヒーツアー】

8 月最初の週末に初めての県外旅行に行ってきました! エルメラ県にあるレテフォホという地域のコーヒー農園を訪ねました。日本ではあまり馴染みのない東ティモール産のコーヒーですが、東ティモールでは主要産業として国民の生活を支えています。モーニングなんて文化はもちろんありませんが、日本と同じくらい多くのカフェが点在しています。

首都や各生活拠点周辺は道路が整備されていますが、他はそうではないので穴ぼこだらけの曲がりくねった道を約3時間半かけて行きました。途中コーヒーの木がありガイドさんに説明を聞いて写真撮ったりして楽しみながらの道中でした。



コーヒーの花:ロースター種



コーヒーの実:アラビカ種



食べると中に豆が2粒



これがコーヒーの花・実・豆です。左の写真はロースターという種類だそうで、私たちが行くletefoho は標高的にアラビカ種が育っているとのことでした。真っ赤な実を収穫し、豆の選別、皮むき、乾燥後の豆の皮むき、ローストなど私たちがよく見るコーヒー豆になるまでの過程を体験させてもらうことが出来ました。摘み立てのコーヒーの実を食べることが出来るそうで挑戦してみました結構甘かったです。ロースト仕立ての豆も食べました。



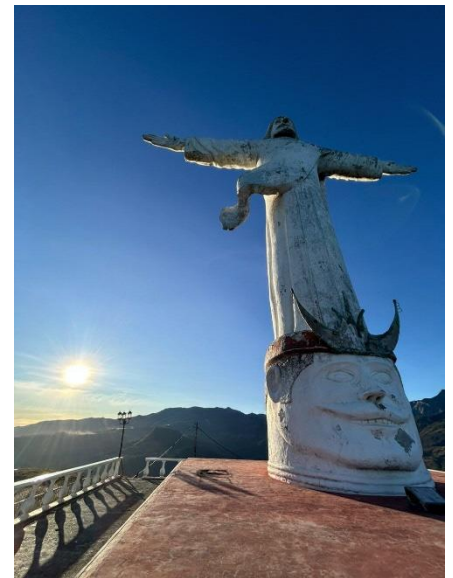


現地の子どもたちと一緒に収穫

今回はダークローストに仕上げた物を試飲したので苦みは強かったのですが、酸味がありかなりあっさりとした味わいでした。スーパーで販売しているletefoho コーヒーはもう少し酸味と苦みが抑えられているのでコーヒーが苦手という人でも挑戦しやすい味のように感じられます。日本にも『cafe Timor』という名で東ティモール産のコーヒーが販売されていますので、ぜひ飲んでみてください！

翌日はクリストリウライという銅像がある丘まで早朝ハイキングをしました。空気が澄んでいておいしくて(勾配がきつかったですが)開放感あふれる景色を堪能しました。この像はキリストが聖書で蛇を退治している様子を表しています。神がその土地を守っているということでこのような聖書の話をもした像が各地に点在しているそうです。この日は日曜日だったこともあり朝から教会でミサが行われ、多くの住人が教会を訪れていました。私も日本流ではありますが健康祈願をしてきました！

ちなみに地名の由来ですが Lete=上、Foho=山「山の頂上」というそのまんまの地名です。コーヒーの木が群生していた通りは「エルメラ coffee road」でしたしわかりやすい名前が多いみたいです。単純ですが覚えやすくていいですね！



【東ティモールの紹介③ 食べ物】

今回は東ティモールの料理について紹介します。

右の写真は自宅近くのカフェレストランで食べた時のものです。左の皿の奥にあるのがカウパです。右の小皿にはテンペ、奥の小皿にはアイマナスがあります。

カウパは米をヤシの葉で包みココナッツミルクで炊いたご飯で、日本で言うちまきのような食べ物です。テンペは豆を固めたような発酵食品で、今回はトマトで煮込んであります。豆がそのまま入っている厚揚げのようなイメージをしてもらいとわかりやすいかもしれません。そして食卓を飾るのに欠かせないのがアイマナスです。これは唐辛子と野菜を



炒めて作った薬味ですが、このようなレストランでも、ワルンと呼ばれる屋台でも弁当屋でも必ず付いてきます。そのくらい東ティモールではアイマナスは料理に欠かせません。各家庭やお店で入れる野菜に違いがあるのでお気に入りのアイマナスを探したりもしています。ただかなり辛いので辛いのが苦手な人は注意が必要です。

そのほかにもサボコ:バナナの葉で包み蒸し焼きした魚、レンダン:牛肉のスパイス、ココナッツミルク煮などの料理があります。インドネシアの影響が大きいので東ティモール独自の料理というよりはインドネシアの影響を受けた料理が多くある、といった印象です。そのため街中の屋台もインドネシア料理屋が多いです。

食事系以外だとピサゴレン(バナナの揚げ菓子)やドーナツなどがよく売られています。屋台という形ではなく路上に大きなプラスチックケースを持ってきて売っている人もたくさん居ます。ピサゴレンは一つ5セントで一個、二個という買い方ではなく50セント分、1ドル分などの買い方をするのが現地流です。私は毎朝朝食としてこれらのお菓子を職場でもらいますが、1ドル分買ってくるため毎回消費しきれない個数が並びます。食べきれなかった分は午後のおやつに回されます。



同僚に名前を聞いたら dosi etu とのこと
おやつとして食べるごはんです



1ドル弁当屋さん。ランチボックスいっぱいにご飯を敷き詰めその上にお肉と野菜おかず2~3種を乗せる。ごはんに対しておかずが少ないので味付けは濃いめ

この店はショーケースを使用してピサゴレンを販売歩道の半分を占領して売られる



東ティモールのことば

アイマナスは ai-manas と表記します。ai は木と訳され植物を示す単語には大体つきます。manas は辛い、熱い、暑いなどを意味する単語です。だから辛い植物→唐辛子となるのです。気温が暑い時や食べ物が辛い時は「manas!」と言っておけば大丈夫!

心はまた次号でお目にかかりましょう!
Adeus!!

