



外国のテーブルでは

FROM A DINING TABLE ACROSS THE SEAS



南アフリカのボボティ

ウェイド・アマンダ(イギリス)

イギリスのシェパードパイやギリシャのムサカに似たボボティはふわっとした卵がのったカレー味の挽肉料理です。南アフリカのボボティの特徴的な味付けはマレー風な甘さです。見た目は、ん?と思うかもしれませんが、芳ばしくかすかに甘く、あなたは口に入れた最後の一切れをいつまでも味わっていたと思うに違いありません。

私が育ったのはイギリスの田舎ですが、ボボティは南アフリカ出身の母の味で子供のころのお決まりのレシピの一つでした。その暖かさや甘さは私をイギリスの台所からケープタウンと連れていってくれます。友達に作ったボボティの評判は上々です。ボボティは元もとマレーシアとインドネシアの食べ物で、その名前はインドネシア語の“bobotok”です。17世紀にアジアへのスパイスルートの航海船を所有していた東インド会社が、オランダからの行き来の途中、燃料補給や修理のためケープタウンに居留地を作りました。船はジャワ島からスパイスを運ぶだけでなく、労働者としてマレーシア人をもケープタウンに連れてきました。その後そこに住みついたマレー人が、日曜日にローストした肉を食べ、次の日、残った肉に果物とスパイスを入れさらにボリューム感を出すため卵をかけて焼き、お米や野菜と一緒に食べたという由来があります。今日の南アフリカの代表的な料理ができたのは非常に簡素な理由だったのです。私が思うに、日本の茶わん蒸しは日本風ボボティかなと、違うでしょうか?

●材料 (4~5人分)

・白牛または豚の挽肉 500g ・玉ねぎ 中くらい 2個 ・ニンニク 2片 ・すりおろしショウガ ・小さじ1と1/2 ・コリアンダーとクミンの種 各小さじ 1/2 ・クローブ4枚 ・ターメリック粉 小さじ1 ・レモン汁 ・レモン1/2 ・ちやつね、カレー粉、レーズン 各小さじ 2 ・塩 少々 ・月桂樹の葉 4枚 ・厚切りパン ・卵 1個

●作り方

①コリアンダーとクミンの種、クローブを油を入れないで軽く煎り、粗くすりつぶす。②フライパンに油を入れ、玉ねぎ、生姜、にんにくを入れ、玉ねぎが柔らかくなるまで2、3分炒める。③2、にひき肉を3回に分けて入れ、火が通ったら、挽いたスパイス、カレー粉、ターメリック塩を入れ、水気がなくなるまで7~10分炒める ④火を止め、チャツネ、レーズン、レモンジュースを加える ⑤ミルクに浸しておいたパンを搾って(ミルクは後で使う)指かスプーンでつぶし、かき混ぜた卵と一緒に挽肉の中に入れ混ぜる。味が整ったら、キャセロールに入れる。⑥カスタードを作る。塩と胡椒を入れてかき回した卵にさっきのミルクを入れ250mlぐらいにして、さらによくかき混ぜる ⑦このカスタードをキャセロールにかけ上にローリエを載せて180度で30~40分焼く。⑧一人分ずつ切り分け、茹で野菜とイエローライスと一緒にいただく。



Bobotie - South African Comfort Food

Amanda Wade (England)

Akin to the shepherd's pie of Britain, bobotie is an all-in-one meal consisting of curried minced meat with a rich egg topping. What gives the South African version its distinguishing mark is the Malay-influenced sweetness. Delicately spiced with a slightly sweet taste and delightfully aromatic, the flavor or bobotie lingers on the tongue long after you've scraped the last morsel from your plate. I may have grown up in the English countryside but bobotie was one of my South African mother's stock recipes and a staple of my childhood mealtimes. The concentration of warm, sweet spice is intoxicating and it never fails to transport me to Cape Town, via my mother's English kitchen. I've cooked and served bobotie to many of my Japanese friends and they've all loved it.

Bobotie owes its origins to Malaysia and Indonesia. The name is itself derived from the Indonesian word “bobotok”. Sometime in the 17th century, the Dutch East India Company, which had several ships sailing along the spice route to Asia, established a settlement around Cape Town so that the ships, on their way to and from Holland, could dock and replenish their supplies. It seems that the Malays living in Cape Town could have roast meat on Sundays; the following day, leftovers would be mixed with some spices, eggs and fruits would be poured over it and it would then be baked and served with rice and vegetables. A rather simple origin for what is today the national dish of South Africa.

In passing, though very different, chawanmushi is probably the closest equivalent to bobotie in Japanese cooking.

●Ingredients (this makes a hearty meal for 4-5 people)

• 500g ground beef or pork • 2 medium onions, finely chopped • 2 cloves garlic, minced • 1 1/2 tsp ginger, grated • 1/2 tsp coriander and cumin seeds • 4 cloves • 2 tbsps curry powder • 1 tsp turmeric powder • 2 tbsps raisins, chutney (apricot or sweet mango) • Juice of half a lemon • Salt, to taste • A thick slice of bread soaked in 150 ml milk • 4 bay leaves • 1 egg, lightly beaten • 2 tbsps oil

●For the custard:

1 egg • 100 ml milk • Salt and freshly ground pepper to taste

●Method

① Dry roast the coriander, cumin seeds and the cloves for a minute, then pound them to a coarse powder. ② Heat oil and fry onion, ginger and garlic for about 2-3 mins, or till the onions turn soft. ③ Add the mince in 3 batches. Once the mince is evenly browned, add in the coarsely ground spices, curry powder, turmeric powder and salt. 7~10 minutes or till all the water has almost dried up. ④ Turn off the gas. Then, stir in the apricot chutney, raisins, and the lemon juice. ⑤ Remember the slice of bread soaked in milk? Squeeze the milk out of the bread (retain this milk for the custard), mash the bread with your fingers or a spoon and stir it into the mince along with the lightly beaten egg. ⑥ At this point, adjust all the seasonings to your taste and transfer the mince into a baking casserole. Beat the eggs along with salt and pepper. Add the milk to the beaten eggs - and add as much more as needed to make 250 ml - and beat again to mix. ⑦ Pour this mixture over the mince. Arrange the bay leaves on top and bake uncovered at 180 deg C for about 30-40 mins ⑧ Cut into individual portions and serve with some steamed vegetables and yellow rice