

世界のくらしと文化

— モンゴル②

家畜から畜産物を得て
食べるという営み

写真1 アーロールという名前のすっぱいチーズ。何日もかけて天日干した後、仕上げに糸に通してゲル(移動式天幕)の中で乾燥させる

風戸 真理

はじめに

モンゴル遊牧民のことを研究しているというところ、「モンゴルではバター茶を飲むんですか」とよくたずねられる。答えは否である。モンゴルで飲むのはバター茶ではなく、「スーテイ・ツアイ(乳入り茶)」、すなわちミルクティーである。モンゴル式ミルクティーは大鍋いっぱいたんちやの水に少量の磚茶(固められた茶葉)をくだき入れて沸かし、ミルクを入れ、塩を加えたものである。ミルクは、季節にもよるが、ウシ・ヒツジ・ヤギの乳を使う。塩加減は家や地域により異なる。塩味がとても強いこともあり、そういう時にはお茶というよりもスープを飲んでいるように感じる。お茶は女主人が朝一番に沸かしてやかんと魔法瓶に入れて、朝、家族全員で飲む。その後一日、家族は好きな時にお茶を飲む。

私がモンゴル国で調査を始めた一九九〇年代後半のアルハンガイ県はまだ貧しく、食事をするのは一日一回、夜だけだった。食事とは肉の入った料理を食べることである。朝から夕方までは、お茶を飲みながらチーズや小麦粉の揚げ菓子を食べたり、ヨーグルトを食べたりしていた。夕食以外に飲食することを「ツアイ・オーフ」(お茶を飲む)と表現するが、これはおやつ程度の量で、

彼らが一日に食べる量はとても少なかった。私はいつもお腹をすかせていて、気を抜くと食べ物のことを思ってしまうのがつらかった。

モンゴル遊牧民は主に乳製品と肉という畜産物を食べて暮らしている。小麦粉や米、茶なども必需品であるが、これらは街の商店や巡回商人から購入しなければならない。自家製の畜産物はお金がかからない食料である。彼らは、日の出から日没までは主に乳製品を食べ、夜に肉を主とした料理を食べていた。本稿では、家畜から乳製品や肉といった畜産物を得て食べるという営みについて紹介したい。

乳しぼりの工夫と苦勞

乳製品から始めよう。乳製品は家畜の乳を加工した食物である。モンゴルでは春になると、ウシ、ウマ、ヒツジ、ヤギ、ラクダといった家畜たちがいつせいに出産する。そして出産した母家畜は仔家畜のために乳を出す。家畜のおっぱいは後ろ足のあいだについていて、仔家畜は母家畜の体に自分の体を横付けして乳を飲む。この乳を人間が横取りするのが搾乳である。

搾乳の方法を家畜の種類ごとに説明していく。ヒツジとヤギには二つの乳首があり、母家畜の後ろ足のあいだ

から手を入れて乳首をひっぱると、おもしろいように乳が出る。これをバケツに受ける。ヒツジとヤギの搾乳では、最初に母家畜を集め、頭部を交互に並べるようにして革紐で縛って固定する。縛り方は、革紐をくさり編みにしながら、編み目のひと目に一〜三頭の頭部を編み込んでいく。ヤギの乳首は大きめで、一回の搾乳で得られる乳量は約二〇〇ccと多く、子どもでも簡単に搾れる。一方、ヒツジの乳首は小さいので乳を絞り出してバケツの中に命中させるのが難しく、乳量も少ない。やっかいなのは、大きな脂尾しびがおしりを覆っていて、ヒツジがこの下からこっそりとバケツの中に糞や尿をすることである。糞をさらしたら手でバケツのなかからすくい取って捨てる。

ウシとウマとラクダの搾乳はもつと複雑である。これらの家畜の身体は、自分の仔以外に乳を飲ませないつくりになっていて、人間がいきなり乳首を搾っても乳は出ない。そこで最初に仔家畜に乳を少し飲ませる。これを催乳という。仔は母の横に寄り添い、母の後ろ足の横に顔をつつこんでおっぱいを吸う。母は自分の顔の横にある仔のおしりの匂いをかいて自分の仔であることを確認する。まもなく人間は、仔の首につけた首輪を力いっぱい引き、仔の口を乳首から離す。ただし、仔の体の態勢



写真2 初冬に、ウシとヤクの雑種（ハイナク）を屠殺する人びと

は哺乳中のままに保つよう、一人が仔を押さえておく。その間にもう一人が、母家畜の後ろ足の横から手を入れて乳首をつかみ、乳をバケツに搾り取る。母は相変わらず自分の顔の横にある仔の尻の匂いをかいで、人間に乳を横取りされていることを知らないことになっている。搾乳するのは主に女性で、仔を押さえるのは男性である。女性は、母が出す乳の半分の量をバケツに搾ったところで搾乳を終える。すると男性は仔を放して、残りの乳を仔に自由に飲ませてやる。

モンゴルの家畜のなかにはヤクおよびヤクとウシの雑種もいる。これらはモンゴルの民俗概念では「ウシ」とされ、搾乳も同様におこなわれる。「ウシ」一頭からは約二リットルの乳が得られる。なお、乳首の数は「ウシ」だけが四つであり、ウマとラクダは二つである。ウシ、ウマ、ラクダといった大型家畜は身体が大きく攻撃力が強いので、搾乳には危険がともなう。三三歳の遊牧民女性は、ウシの搾乳中に頭でどつかれて腕を骨折した。彼女は一カ月間、腕を肩から三角巾でつるし、搾乳を隣人に頼んで休んでいた。気性の荒いウシを搾乳する時には足を綱で縛ることもある。一般に乳搾りには牧歌的なイメージがあるが、実際には、家畜をだます技術を駆使してもなお身の危険のともなう重労働なのである。

乳製品の加工

次に乳の利用方法について述べる。私はラクダの搾乳をする地域で長く調査をしたことがないので、ラクダを除いたウシ、ウマ、ヒツジ、ヤギについて書く。この中でウマの乳だけは人間が直接飲むと下痢をしてしまうほど乳糖含有量が高いため、特別な扱い方を要する。すなわち、乳を発酵させて乳糖をアルコール分解させ、馬乳酒にして飲むのである。ウマの搾乳期は六〜九月頃に限られ、馬乳酒は夏のご馳走である。

つぎにウシ、ヒツジ、ヤギの乳利用である。モンゴルにおける乳加工の基本は、最初にミルクから脂肪分を分離し、次に水分を取り除くことで長期保管に耐える乾燥乳製品を作るところにある。順を追ってみていこう。搾ったミルクを大鍋に入れて中火で加熱殺菌する。その間、杓子でミルクをすくっては約50cmの高さから繰り返し流し落として表面に気泡を作る。泡立ちをよくするために少量の小麦粉を加えることもある。沸いてきたらかまどの火を落としておき火にし、表面が乾くまで静置する。さらにこれを火から下ろして一晩おき、翌朝、表面の脂肪膜を取り出す。これをモンゴル語で「ウルム」とよぶ。クロテッドクリームのような濃厚な生クリーム

でとてもおいしい。ウルムはそのままでも食べるが、たくさん集まったら煮詰めて精製バターを作る。

ウルムを取り出して鍋に残ったミルクを「ボルスンスー」（処理済みの乳）とよぶ。これはお茶に入れて沸かしたり、ほかの乳製品を作るのに使ったりする。ほかの乳製品としては、ヨーグルト（タラク）、蒸留酒（シミン・アルヒ）、チーズ類（アールロール、ピヤスラク、エーツギー）などがある。チーズ類は重石で押しつけて水気を切ったり、鍋の中で煮詰めて水分を飛ばしたりしたあと、天日と室内で何日もかけて干す（写真1）。モンゴルの気候は乾燥しているが、冷蔵庫がないところで大量の乳製品を長い冬の食料として保存するためには、十分に乾燥させることによってカビを防ぐことが肝要である。チーズ類は夏のあいだにはやわらかいまま食べるが、冬に食べる時には金槌で割るほど硬くなっている。

肉を得る工夫

今度はモンゴルの主食である肉に注目しよう。モンゴル人は毎日肉を食べる。しかし毎週のように家畜を屠殺するわけではない。モンゴルでは初冬を迎えた一〇〜十一月頃、一家族が一年間に食べる肉の量を計算して、たとえばウシ一頭にヒツジ二頭とヤギ二頭などをまとめて

自分で屠殺するのである(写真2)。このイベントを「イテシ・イテフ」(食料を食べる)または「イテシ・ガルガフ」(食料を出す)とよぶ。冬の寒さが厳しいモンゴルでは家畜は秋に脂肪を身体に蓄えて冬に備える。初冬に家畜を屠殺すると、この時期に家畜が一番たくさん蓄えている脂肪をそのまま保存でき、また気温がすでに氷点下になっていて天然の冷凍庫で肉をおいしく冷凍できるというわけである。

生肉と干し肉

肉はその加工方法によって二種類に区別される。「生肉(ノイトウン・マハハぬれた肉)」と「干し肉(ボルツ)」である。生肉は屠殺して数日以内の新鮮な肉であり、干し肉は生肉をジャーキーのように細く切って乾燥させたものである。料理に使う時には、生肉は枝肉から肉を削いでそのまま切り刻むのであるが、すじが多いために力と根気がいる。一方、干し肉を料理に使う時には下ごしらえがある。すなわち、干し肉を地面に置いて金槌でたたいてリボン状にほぐした後にはサミで2cm程度に切り刻み、ぬるま湯のなかで三〇分以上もどす。食味の点では、干し肉はダシがよくとれるのと強い香りが持ち味だが、新鮮な生肉のジューシーなおいしさにはかなわない。

脂身の多い肉を指す。とくに年長者には白い肉つまり脂肪の多い肉が好まれる。草地を歩き回りながら育つ家畜が身体にたくさん脂肪をつけるのには長い年月がかかる。ヒツジ・ヤギであれば五歳頃になってやっと年長者も満足する脂肪たっぷりの肉が得られる。ただし五歳にもなれば肉はかたくなる。遊牧民は肉が多少かたくても、脂肪が多い方が滋養に富んでおいしいと考えて好んで食べる。とはいえ最近では、外国の影響もあり、一歳程度の若い個体のやわらかい肉がとくに都市の消費者に好まれる傾向にある。遊牧民は、販売用にはやわらかい黒い肉を、自家消費用には脂肪の多い白い肉をと区別して屠殺することがある。

チベット仏教と肉食

先に滋養強壮によいとして挙げた「黒汁」の黒には、モンゴル語で聖俗の「俗」という意味がある。黒汁は俗人の食べる食事であり、チベット仏教の儀式などでは「白い穀物」(ツアガン・ボダー)、すなわち米を煮てミルクや精製バターなどを加えたものを食べる。また、ヨーグルトやチーズなどの乳製品すべてを総称して「白い食べ物(ツアガン・イデー)」とよぶ。モンゴル人は肉を食事の柱としているが、まれに幼少の頃から肉を好まず白い食べ物ばかり食べて育つ子どもがいる。このよ

遊牧民は、冬中干し肉ばかりを食べ続けて飽きると、冬にやせた家畜がふたたび肥りだす初夏の頃に「生肉を煮たスープを飲んで滋養をとろう」などといってヒツジを屠殺して食べる。生肉だけを煮たスープは「黒汁(ハル・シュル)」とよばれる。黒汁は出産直後の妊婦や年長者の滋養強壮によいといわれる。遊牧民は、冬から夏まで、つまり一年の半分以上の時期を干し肉を食べて過ごしている。生肉を食べる機会は、初冬の一斉屠殺の直後のほかは、祝宴や出産のために家畜を屠殺した時、初夏の滋養とり、初冬に屠殺した肉が尽きて新たに家畜を屠殺した時、くらいなのである。

祝宴には、新年の祝いに加えて、子どもの成長儀礼や結婚式などの人生儀礼がある。新年はモンゴル独自の旧暦にもとづいて、日取りは毎年変わるが、二月頃に迎える。祝宴の時にはヒツジを一頭屠殺し、生肉の料理を食べる。とくに結婚式ではヒツジの胴体をまるごと蒸し、別に調理した頭と足を添えて机の上に飾る。来客はナイフで肉を削ぎ切って一口味見をする。

滋養に富んだ固い肉

ところで、日本では肉はやわらかい方がいいが、モンゴルでは必ずしもそうではない。肉の品質には黒い肉と白い肉という区別があり、黒い肉は赤身の肉、白い肉はうな子どもは聖なる力が宿る特別な者として仏門に入り、僧侶としての才能を開花させることがある。

遊牧民の食事と都市の食事

モンゴル遊牧民の食事は一日一回で、野菜をほとんど食べない食生活であるが、草原には百歳近い長寿の方々がいる。日本では一日三回の食事をし、野菜を摂取することが栄養学的に奨励されているが、そうでない生き方もあるのだと私はモンゴルで知った。最近では遊牧地域も豊かになり、昼に軽食を作って食べ、昼と夜の二回食事をすることが一般的になってきている。都市では昼と夜の二回食事をするのが一般的であり、さらには、健康のために昼にしっかりと食事をして夜を軽くする習慣をもつ人びとが現れている。またカフェやレストランには「白い食事」という肉の入っていない料理のジャンルが登場している。これはいわばベジタリアン・メニューであり、肉の代わりにジャガイモ、キャベツ、タマネギ、ニンジン、カブ、卵などが使われている。白い食事は、肉の入っている料理よりも値段が安いこともあり、健康志向の高い都市の人びとのニーズに合致しているようである。

(かざと まり/神戸山手大学非常勤講師)