

ゆうこみやき。

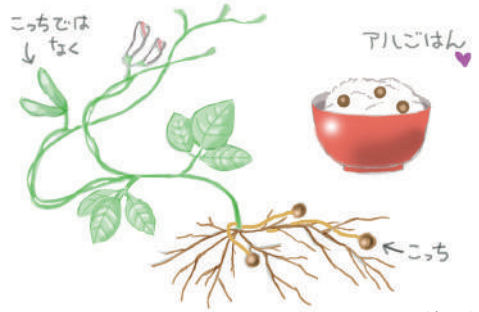


なるほどアイヌ文化トーク ソッコ de ソッコ

アイヌ文化にどっぷり浸って生きてきた
本田優子(札幌大学教授)と
村木美幸(アイヌ民族博物館専務理事)が、
その魅力をソッコ(=お便り)形式で語り合います。



今月のテーマ **アハ(ヤブマメ)**



イラスト/安田千夏

土の中にできる豆って知ってる?え、
ピーナツ?ううん、アイヌの食文化に
欠かせない野生の豆。アハです。日本語



名はヤブマメ。土から掘り出し、洗って茶色い外
皮を剥き、キビと一緒にご飯に入れると、独特の
甘みと香りが出て本場に美味しいの。春に採った
方が甘みが強いって言われるけど、うっかりして
たら芽が出てしまうので、二風谷に住んでいた頃
はもっぱら秋に掘ってました。地上には特徴的な
蔓が群生するので、秋になって枯れた後も目印
になるの。といっても絶対量が少なく、簡単に採
れるものじゃないんだよね。おまけに泥まみれだ
から、「あつた〜!」と喜んだのもつかの間、実は
小石でガツカリ、なんてことがしょっちゅうなの。
道端や河原など身近なところに生えている
ので、札幌に出て来てからも、息子たちと一緒に
近くの厚別川に釣りに行き、アハの蔓を発見。
地面を掘り始めたら、子どもたちが「おばちゃん、
何してる?」って集まって来たの。「地面の中にこ
んな豆があるの。美味しいんだよ」って言ったら、
みんな釣竿を放り投げて二斉に土を掘り始めまし
た。あつという間にたくさん集まったので、「持って
帰ってご飯に入れてもらいなさい」って言ったら
「うちのママ、こんな汚いもの食べない」ですつて
(笑)。ありがたく全部私がいただきました。

美幸さんもアハ食べてる?。



今年も春先に、アハご飯食べましたよ。アハが
栗のように甘くて美味しかった。

アハご飯の炊き方は簡単。材料の比率は米五
に対してアハ一、キビ十分の二が美味しく炊く目
安(これぞアハご飯の黄金比)。アハはきれいに
洗って米、キビと合わせ、塩と魚油を適量入れ
て炊飯器で炊き上げれば出来上がり。この適量
っていうのが曲者ですが、それぞれの家庭の味で
大丈夫。今なら魚油の代わりにオリーブオイル
やバターが良いかも。一度試してみてください。

ヤブマメの名前は藪(やぶ)などに生えることに由来
するとのことですが、別名ツチマメとも呼ばれる
マメ科のツル性二年草で、地上と地中の両方に花
をつけるのが特徴。地上には白と紫のコントラス
トが可愛い花を咲かせ、小さなサイヤインゲンのよ
うな豆果をつけ、地中には花弁が殆ど発達しな
い閉鎖花を咲かせ、種子が一粒だけの豆果をつけ
るの。この土中に出来る豆をアハやエハと呼んで
食用にしたの。栄養価的にもたんぱく質が多く、
ビタミン類の含量も高い優れたものの豆なんです。

長万部に伝えられるアハ掘りの歌に「エハ
エハ ポロエハ オンネエハ エンコ トウルセ
トウルセ(ヤブマメ、ヤブマメ、大きなヤブマ
メ、でっかいヤブマメ、俺に飛んで来
い、来い)」。歌いながら一生懸命アハ
を掘ったんでしょね。



- 本田優子(ほんだゆうこ):金沢市生まれ。札幌大学教授。北大卒業後11年間平取町二風谷に住み、アイヌ語講師を務める。
- 村木美幸(むらきみゆき):白老町生まれ。アイヌ民族博物館専務理事。先住民族アイヌの一員として文化継承活動に努める。
- 安田千夏(やすだちか):神戸市生まれ。日本口承文芸学会会員。趣味が高じて本連載の挿絵を担当。