

## メキシコ留学日記 6月号

見山達哉

日本と同様に、メキシコでも“Nueva Normalidad (直訳：新たな通常生活)”が始まり、経済活動が徐々に正常に戻ってきております。しかし、新型コロナウイルスの勢いは未だに衰えず、感染者は28万人に達し、死者数は世界で5番目となっており、まだ安心できない状況が続いております。メキシコ滞在の最終月にも関わらず、できる限り自宅で過ごさなければならぬのは少し残念です。しかし、この自粛期間、自宅で過ごすことが増えたおかげで、メキシコ料理やメキシコ人の生活を知ることができたのはとても良い経験となりました。引き続き、メキシコ文化を学びながら生活を楽しんでいけたらと思います。

さて、今回のレポートでは、代表的なメキシコの家庭料理である Tinga de Pollo (ティンガ・デ・ポジョ) の作り方をご紹介します。

### Tinga de Pollo

Tinga de Pollo (ティンガ・デ・ポジョ) はピリ辛のチキンのトマト煮です。メキシコの家では定番でトスターダ(トルティーヤを揚げたもの)やトルティーヤに乗せて食べます。手間は少しかかりますがとても美味しいのでおすすめです。

材料は、トマト4つ、タマネギ1玉、鶏むね肉300g、コンソメスープの素2つ、ニンニク2片、チポトレ(メキシコのトウガラシ)、オリーブオイルです。

まず、鶏むね肉をコンソメスープの素1つと一緒に茹でます。15分ほど経ち、茹で上がったら鶏を引き揚げ、冷めるまで待ちます。冷めたら、鶏を手で裂いて1口大の大きさにします。次に、トマト4つ、タマネギ $\frac{1}{4}$ 、ニンニク2片、チポトレをミキサーに入れ、トマトスープの準備をします。最後に、残りのタマネギを薄切りに切れば、すべての下準備が完了です。

下準備が終わったら、まずオリーブオイルで1口大に裂いた鶏肉と薄切りのタマネギを炒めます。ある程度炒めたら、ミキサーで準備したトマトピューレを鍋に注ぎます。最後に、コンソメスープの素を1つ入れ、すべての材料を混ぜ合わせながら15分ほど煮込めば完成です。私はトスターダの上に乗せ、クリームチーズなどをかけて食べています。ピリ辛の鶏がアクセントとなり、クセになる味わいです。日本でも、チポトレ(メキシコのトウガラシ)を鷹の爪などで代用することでつくることもできると思います。気になる方は是非メキシコの家での味にチャレンジしてみてください!!



(チポトレの缶詰め)



(自作の Tinga de Pollo)

## Nueva Normalidad

7/1 からメキシコでも経済活動が徐々に再開されました。レストランの営業も通常の集客数の 30~40%のキャパシティで再開されたので、メキシコシティ内のラーメン屋さんに約4ヶ月ぶりに訪れました。この自粛期間で日本食に非常に飢えていたこともあり、幸せを感じながら美味しくいただくことができました。

しかし、メキシコでの感染者は増える一方で、まだ緊迫した状態が続いています。メキシコ人の友人によると、これ以上経済を止めることができないので、政府はやむを得ず経済活動を再開したとも言っておりました。メキシコではまだまだコロナとの長い戦いは続きそうです。私も経済活動は再開されましたが、できる限りは外へ出ず引き続きコロナに気をつけて生活していこうと思います。今回のレポートはここまでとなります。それではまた、¡Hasta Luego!



(久しぶりのラーメン@ラーメン彩理)