

# 味の根っこ

フィリピンの歴史がつまった料理

## アドボ

なが た あつまさ 永田 貴聖 民博 機関研究員



日本の家庭で作られた鶏のアドボ (撮影・太田貴)

「シット」などがある。フィリピン人は外から来たものを取り入れ、自分たちのものにしていったのである。

### アドボの由来とフィリピンのアドボ

アドボはもともと肉を漬け焼きしたスペイン料理「アドバード」を起源としているというのが定説である。スペイン語で「アドボ」というのは「酢で漬けこむ」という意味からもわかるように、酢を用いた煮込み料理である。フィリピンのアドボは、豚バラブロック、もしくは鶏の手羽、または両方とともに、玉ねぎ、ジャガイモ、ゆで卵を加え、ココナッツ酢（米酢、穀物酢などでもよい）、醤油、粒こしょう、ローリエを調味料として煮込む。また、魚介類が豊富な地域では、豚や鶏ではなく、イカなど魚介類を使うアドボもある。スペインを起源としながらもフィリピンで採れる材料や調味料を使い、



ゆで卵入りもまた美味しい

### 外から来たものを「フィリピンのもの」にする

豚肉か鶏肉、もしくは両方を合わせて醤油とココナッツ酢で煮込んだフィリピンの代表的な料理のひとつ、アドボはスペインを起源としながらも、約四〇〇年近く、スペイン、アメリカ合衆国、日本などに支配されていたフィリピンの歴史がつまった料理といえるだろう。

約七〇〇もの島々から成り立つ島嶼国家としてのフィリピンの歴史は、一六世紀前半フェルディナンド・マゼラン率いるスペイン艦隊がセブ島の南東部にあるマクタン島に到着することにより始まる。のちに、その島嶼地域は当時のスペイン皇太子・フェリペ二世にちなんで「フィリピン諸島」と名づけられた。それまで、フィリピンには、「船」を意味する多数の「バラングイ」とよばれる統治集団と南部のいくつものムスリム王国があったものの統一国家や王朝が存在しなかった。スペインによる植民地支配のもと、首都マニラは、同じスペイン領内にあるメキシコ・アカプルコ間を結ぶガレオン貿易の拠点として、都市が形成され、多くのスペイン文化が流入した。

また、スペイン到着以前から中国との交易があったため、フィリピンには、生活のなかで、多くの外からのものがある。料理に限ってみても、アドボ以外にも、スペインを起源とする牛肉の煮込み料理「カルデレータ」や、中国からやってきたといわれている揚げ春巻き「ルンピア・シャンハイ」や麺かビーフンを使った「パ「フィリピンのアドボ」は作られるのである。また、ある逸話がある。一九四二年から四五年まで統治し、敗走していった日本がフィリピンに多くの醤油を残し、フィリピン人がそれを使ったためアドボが醤油味となったという俗説である。もちろん、フィリピンでは、中国の影響で、古くから調味料として醤油を使っていたこともあり、はたしてどこまで本当の話なのだろうか。

フィリピンだけではなく、アドボと同じ由来をもつ料理は、特にスペインの影響が大きかった地域に多い。例えば、メキシコ北部には、カルネ・アルバータというピリ辛の煮込み料理がある。また、フィリピン系住民が多く、多民族社会のハワイでは、アドボはランチプレートのおかずのひとつになっている。

### 海外、そして日本の家庭でも定番に？

現在、フィリピンは、人口の約一割に相当する約一〇〇〇万人が海外に移住移動している移民送出し国である。日本には約二万人のフィリピン人が居住し、その多くが日本人男性と国際結婚しているフィリピン人女性である。国際結婚夫婦の御宅で夕食を頂くと、アドボが必ずテーブルに並んでいる。ごはんやビールのおつまみには欠かせない一品である。多くのフィリピン人が集まるカトリック教会などのポットラックなどにも必ず誰かが持参する。

フィリピン人の母親をもつ日本とフィリピン



おしゃれに盛られた豚のアドボ



在日フィリピン人同士の食事には欠かせない

の二世たちは、アドボを「おふくろの味」や「わが家の味」として食べている。そう考えると、外から来たものを取り入れ、自分たちの料理になった「アドボ」が日本において、「日本のアドボ」になる日もそう遠くないかもしれない。

### アドボ (4人分)

豚バラブロック	400g
鶏手羽元	8本
玉ねぎ	半分
ジャガイモ (もしくは大根 4分の1程度)	1個
ゆで卵	3個
にんにく	1片
水	200ml
砂糖	大さじ1
酢(ココナッツ酢)	大さじ3
醤油	大さじ4
粒こしょう	小さじ1/2
ローリエの葉	4枚

- ① にんにくと玉ねぎを薄くスライスする。ジャガイモは8分の1程度に切る。豚バラを1〜2cm幅にスライスする。
  - ② 鍋かフライパンに少し油を入れて、にんにく、玉ねぎ、ジャガイモ、豚バラ肉、鶏手羽元を入れ、焼き色がつくまで炒める。
  - ③ 焼き色がついたら水、ゆで卵、すべての調味料を入れ、蓋をして中火〜弱火で30分程度、ときどき返しながらかき混ぜる。
  - ④ 肉が柔らかくなって、煮汁が少し煮詰まったら完成。
- \* 味が濃いので水の量は調節する。  
\* ③の後、圧力鍋などを用いると時間短縮になる。  
\* 酢は米酢、穀物酢またはバルサミコ酢でも可。  
\* ビールやお酒のおつまみとするか、ごはんのおかずとして食べる。