

味の根っこ

イギリス発祥のペースト マーマイト

河西 瑛里子 大阪物療大学助教



イギリスのスーパーの定番商品 (撮影・編集部)

を開けて、そのあまりの「臭さ」に絶句した。そんなわたしの驚きぶりを笑いながら、ホストの女性は正しい食べ方を教えてくれた。「ほんの少し、少しだけ、トーストに塗って食べてみて」。しかしその味は匂いから予想されたとおり。マズかった。

抜群の栄養価

イギリスではビールの酵母をそのまま食べる習慣があったのだが、マーマイトという商品として販売されるようになったのは一九〇二年のことである。ティースプーン一杯で、ビタミンB群や葉酸の一日の摂取量の四分の一から半分を摂取できるという栄養価の高さが評判となり、イギリスだけでなく英連邦の国々にも広がっていった。二度の世界大戦からソソボ紛争に至るまで、兵士たちの栄養補助食として取り入れられており、近年では各国のベジタリアンのあいだで評価されている。なお、オーストラリアではベジマイト、ニュージーランドではビタメイトという類似品が開発され、人気を博している。

二〇一一年、デンマークが、製造過程におけるビタミンB12の添加を問題視し、輸入禁止の措置をとったというニュースがイギリスで大きく報じられた。その三年後、この禁止措置が解除されたことも、メディアで取り上げられている。他国でのマーマイトのおかれた状況まで話題になることから、イギリスでは、好きであれ、嫌いであれ、誰もが一家言をもっている様子が

神々の食べ物？ 一種の毒？

「イギリスの食事って、やっぱりマズイんですか？」

調査のためイギリスに暮らしていたことを話すと、しばしばこう聞かれる。マズイ料理の代名詞ともいえるイギリスの食事だが、二〇一〇年のあいだに移民の食文化が広がった影響で、格段においしくなったといわれている。それでも、外国人から「激マズ！」と評されるものもある。その代表がマーマイトだ。

この黒くねっとりとしたペースト、独特の匂いと味をもつ。あえていえば、醤油や味噌の濃度を限界まで上げ、そこに少しビールを加えた匂いだ。舐めてみると、かなり塩辛い。知らずに多量に口にすると、むせこんでしまう。そのため、イギリス人のあいだでも好き嫌いがはっきりわかれる。「神々の食べ物」と絶賛する人がいる一方で、「一種の毒」と酷評する人もいる。国内を二分する論争の決着をつけようと、二〇一〇年には「マーマイト選挙」という試みがおこなわれた。マーケティングの一環として、「(マーマイト) 大好き党」と「(マーマイト) 大嫌い党」を設立し、それぞれが党首とマニフェストを掲げ、「投票」をおこなったのである(ちなみに勝者は「大好き党」)。この好みの極端さ、日本の納豆に似ている。

ビール生産の副産物

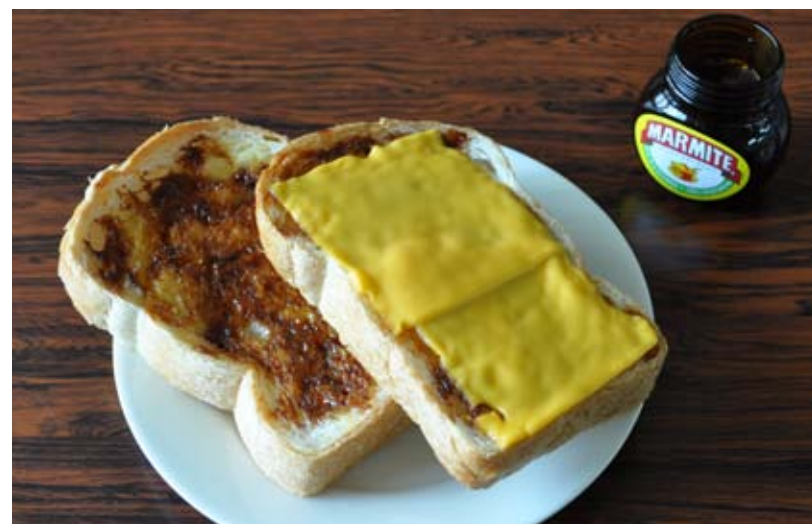
じつは、納豆との類似点は他にもある。マーマイトを学生たちに試食してもらった。匂いを嗅いで「もう十分」と顔をしかめられたり、口に入れて「賞味期限きれてない？」と疑われたり、散々な評判だった。なかには、口にした瞬間、トイレに駆け込んだ学生もいた。

日本における反応

そんななか、一人だけマーマイトの虜になった学生がいる。「おいしい！」と気に入った彼女に、マーマイトを一瓶プレゼントすると、家族そろってレシピを考案してくれた。好きな人ははまるのだ。



マーマイト味のポテトチップスもある



トーストにごく薄く塗るのが定番。チーズを乗せてもおいしい。とろけるチーズなら、すごくおいしい。チーズは熟成チェダーチーズがお勧め (撮影・編集部)

この独特のペースト、料理の隠し味にも使われるが、普通はトーストのお供として食卓にのぼる。わたしが初めてマーマイトを目にしたのも、あるゲストハウスの朝食の席であった。容器からジャムの一種かと思ったわたしは、ふた

日本でも、ネット通販や輸入食材店で手に入る。もし機会があれば口にして、自分が「大好き党」と「大嫌い党」、どちらの支持者なのか、明らかにしてみしてほしい。



色と質感はマヌカハニー。でもまったくの別物なのだ (撮影・編集部)

マーマイトを入れて食べてみました——学生のレポートより

- ・カレー：隠し味に入れるとおいしい。ぜひ入れてほしい。
- ・煮物：少しマーマイトの癖のある味がするが、まあおいしい。
- ・親子丼（食前に混ぜる）：味にアクセントがついて、まあおいしい。
- ・スープ：マーマイトのエキスが出て、とてもまずい。

※ 味の濃いものに混ぜると、隠し味になっておいしいが、スープのような料理ではマーマイトの味が強くなりすぎてまずくなる。マーマイトには塩分が多く含まれるため、使用する際には料理の塩分を減らしておくことが重要である。料理の味が物足りない時には、マーマイトを少量入れるのもよいかも。

※ 同じ発酵食品の味噌や醤油の代わりに使うのも、おいしいかもしれない。