

# みんな「食べて」大きくなった

163

和歌山大学  
食農総合研究教育センター 客員教授  
湯崎 真梨子

土地から生まれた地元食。地域に百の家庭があれば百の食があり、私たちは何を食べて大きくなったのでしょうか。ブランド化した食ではなく、土地から生まれた食材に育てられた子どもの頃。ふるさとの食卓の思い出を添えて家庭のレシピを紹介します。

## すいか 家族だんらん、夏の果物

本文中の下の写真は中国のスイカ。砂漠に近い村に夏季に何度か調査に訪れたが、日常の昼食時にも、少し高級なレストランでの夕食にもスイカはよく出た。

中国人はスイカをよく食べる。世界のスイカの7割を食べているというデータ(2019年、国連食糧農業機関(FAO))もあるほど。中国にスイカが伝わって1000年の歴史があるからだ。スイカの発祥はアフリカの砂漠地帯。4000年、5000年以上も前の集落遺跡や古代エジプトの王の墓から種が見つかり、壁画には皿に盛り付けられたスイカもあるという。その後ヨーロッパや中国に伝わっていくが、砂漠や乾燥地帯の人々にとって、スイカは「水」だった。

水分補給や体を冷やし解熱効果もあり、日持ちよく保存もできる。割るだけで生で食べられる簡便さもある。長い行路で携行するには好都合で重宝された。

日本への伝来は諸説あり、平安か室町時代とされているが、スイカが広く親しまれるのは江戸時代になってから。各地で品種改良が進み、名品といわれる産地スイカが登場してゆく。



紀伊国の布引村もスイカの名産地だった。布引地区は和歌浦湾

沿いの砂地地域で、紀州藩祖の徳川頼宣が津波災害で不毛の土地だったこの地を開墾しスイカ栽培を命じたのが始まりとされる。「諸州よりも早く熟して上品である」(紀伊国名所図会)と土地との相性もよく、諸国に勝る名品となっていた。近年の和歌山県のスイカの産地は日高地方が有名である。1980年ごろまでは大玉スイカの主産地だった。国道42号を御坊方面に行くと道路沿いに大玉スイカの路地売りが並んでいた記憶がある。大きなスイカが夏の照り返しに並んでいた懐かしい思い出だ。

現在の日高地方は小玉スイカの特産地である。小玉スイカは冷蔵庫にそのまま入る大きさと、消費者ニーズの変化で大玉から小玉へと転換が進んだそう。産地の努力もあって、現在の小玉スイカは甘い果汁がほとぼしるみずみずしい果実だ。

大玉が主流だった頃、盛夏に遠来の客は大玉スイカを網にぶら下げて訪ねてくれた。井戸水に冷やしたスイカを切り分け、バケツを真ん中に家族が輪になりスイカにかぶりついた。種をバケツに吐き出しながら食べた。「父が種を出さずそのまま飲み込んでいたのが不思議だった」という幼

い思い出も聞いた。ちなみにスイカの種は食べても消化されずに排出されるから大丈夫。中国やアジアの一部ではスイカの種をいて食べる文化もある。



井戸水に冷やすのは理にかなっている。スイカのおいしさを感じるのは約15℃で、ちょうど井戸水の水温くらい。冷やしすぎは甘さを感じにくくなる。またスイカは中心部が一番甘いので、放射線に切り分けるのもみんながおいしい平等だ。

### 湯崎真梨子(ゆざき・まりこ)

和歌山大学  
食農総合研究教育センター 客員教授  
【プロフィール】



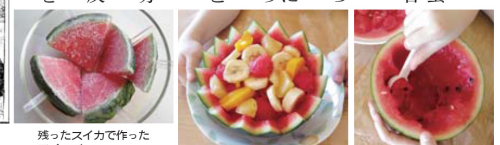
博士(学術)。大阪府立大学大学院人間文化学  
研究科博士後期課程終了。元和歌山大学教授。  
専門は農村社会学、地域再生学。内発的発展、食  
料経済、地域資源、産地消、低炭素化社会など  
がテーマ。自らの研究に  
加え、地域と協働するプ  
ロジェクト研究もメ  
ジメントしている。熊野  
方面には年間30〜50日  
は訪問し研究する。

## スイカのフルーツポンチ

子どもと一緒に作る  
簡単で楽しい夏のおやつ

【材料(本文上の写真)】

- ▽小玉スイカ：1個▽バナナ、キウイ：適量▽キンカンの蜂蜜漬▽炭酸水(サイダーなど甘さは好みで)
- 【作り方】
- ①小玉スイカを%程度のところ
- で切る。
- ②丸型スプーンで果肉を丸型にくり抜く。計量スプーンを使ってもよい。
- ③スイカの果皮を厚さ2%ほど残して中身を取りだしたら、緑をキザキザにカットする。
- ④好みのフルーツを一口大に切り分ける。
- ⑤スプーンの器に②と④を入れ、炭酸水を注ぐ。
- ※いろいろなフルーツや白玉を入れて自由に楽しめる。



江戸時代の布引西瓜(すいか)収穫風景(「紀伊国名所図会」一部)

■次回は9月4日(土)付掲載予定