



憧れの地 雲南省の食

中医薬膳師コース2期 大村 和子



よくばり中国雲南省の旅に参加申し込みをした時からどんどん期待がふくらんでいきました。そして、期待以上の感動で旅行を終えて1ヶ月、まだ心は雲南省をさまよっているようです。

麗江の空港に着き、一步外に出た時の、眩しいばかりの清んだ青い空、眼前にそびえ立つ雪を頂いた5600mの高峰玉龍雪山の凜とした姿、藍染めの民族衣裳に身をつんだ納西族の老女2人

高地のためか、さわやかなのに強い日差しを感じたこの瞬間から素晴らしいことづくめの旅が始まったのです。

一番興味があって、かつ期待していた食事ですが、これまで食べていた中華料理というイメージとはかなり異っていました。

麗江での最初の昼食から、大理、昆明、成都と、毎日朝、昼、晩と三食、毎回、少なくとも十数皿の料理が出てきました。野菜を主として塩漬けの豚肉等を合わせたもの、湯葉や豆でつくったコンニャクのようなものなどの料理もうす味で素材の美味しさを感じるさっぱりとした味付けです。

出てくる料理を写真をとっては食べてみますから普段よりかなりの量を食べたように思います。...なのに日を追う毎にお腹が軽く、すっきりしていくのです。ほんのり美味しく、続けて食べたい、毎日食べてもあきない料理ばかりでした。



なかでも、成都での薬膳料理の夕食は圧巻でした。22種類の料理が次々と運ばれてきました。どれも珍しい材料が使われているので隣席の劉海洋先生に説明していただければ書いて、写真を撮っては食べて...その忙しいことといったら、その様子に松本さんは笑いが止まらず、私、もう食べられない というので、折角なんだから真面目に食べてよ とまじめに怒ってしまったり、もう一度、ゆっくり味わって食べたい思いです。やはり中国料理は世界の料理の基本なのだと実感したように食は人間にとって全ての源、美味しく食べて健康になってゆったり人生を楽しむ、これが薬膳料理の原点かも...と広大な中国の中の雲南省を旅したただけですが感じた次第です。

これまでいろいろと旅をしてトルコやエジプト等同行の人達が次々と体調を崩す中、稀少な元気組だった私ですが、今回初めて高地の気圧の変化に対応出来ず頭痛と嘔吐でご迷惑をかけてしまいました。けれど此の度の旅行は今までのどの旅より感動的かつ充実したものでした。

それは劉海洋先生の綿密な計画と行動力、皆にあれも見せたい、食べさせたいというお心遣い、そして皆をまとめて大きく包みこんで下さった鷺見美智子先生の温かい抱容力のおかげです。勝本海詠先生や海老原英子先生を始め参加された方全員が同じ気持で感激したり喜んだり沢山の素敵な思い出をつくって下さいました。

中国の憧れの地雲南省の自然と同行の皆様が大いなる感謝を！！



納西族の家を訪ね、昼食をとりました



お茶屋の息子さんたち



世界で3番目の迫力ある峡谷



老東巴先生



雲南中医学院での鍼灸体験