

メキシコ留学日記 5月号

見山達哉

メキシコでの新型コロナウイルスの感染者数は12.4万人に達し、現在でも緊張した状態が続いております。その中でも、私の住むメキシコシティは2万9580人と感染者数が1番多い都市のため、まだまだ私生活で気を抜くことはできません。ニュースによると、コロナウイルスの影響でメキシコシティ内の病床の約75%が埋まっているそうです。そんな、厳しい状況下ではありますが、引き続き料理をしたり、メキシコ人の友人とビデオ電話で話したり、週末は友人の家へ遊びに行ったりと引き続き工夫をしながら生活を楽しんでおります。

さて、今回のレポートでは引き続きメキシコ料理づくりについてご紹介したいと思います。

メキシコ料理づくり

今回は、メキシコで定番の朝食である Mollete (モジェテス) の作り方をご紹介したいと思います。Molletes (モジェテス) は、Bolillo (ボリージョ) というメキシコのパンの上に、豆のペーストである Frijoles (フリホーレス)、チーズを乗せてトーストし、その上に Pico de Gallo (ピコ・デ・ガジョ) というサルサを乗せたものです。簡単につくることができ、とてもフレッシュな味がするので非常におすすめです。

材料は、トマト、タマネギ、ハラペーニョ、シアントロ (バクチー)、ライム、塩少々、Frijoles (フリホーレス)、チーズ、Bolillo (ボリージョ) です。私の場合、手間が省けるため、Frijoles (フリホーレス) は缶詰を使っています。ちなみに調べたところ、Frijoles (フリホーレス) は日本では金時豆から作ることができるという情報がありました。気になる方は是非調べてみてください。日本でつくる場合、Bolillo (ボリージョ) はフランスパンで代用できると思います。

まず、トマト、タマネギ、ハラペーニョ、シアントロ (バクチー) をそれぞれみじん切りにします。次に、みじん切りにした野菜を全て混ぜ合わせ、最後にライムと塩で味を調整したら Pico de gallo (ピコ・デ・ガジョ) の完成です。次に、Bolillo (ボリージョ) を半分に切り、Frijoles (フリホーレス) を塗ります。その上にチーズを乗せ、数分トーストします。最後に、トーストしたパンにお好みの量の Pico de gallo (ピコ・デ・ガジョ) を乗つけたら完成です。爽やかな味わいでとてもメキシコ料理らしいです。日本にある材料でもつくることができるので気になる方は是非チャレンジしてみてください。



(缶詰めの Frijoles)



(Pico de Gallo)



(完成品の Molletes)

私生活でのコロナ対策

メキシコでは、コロナウイルスの感染者の発生が他の国にくらべて遅かったため、現在、感染者数がピークになっているように思われます。また、日本と違い、大陸であるため感染者数が爆発的に増えているようにも思います。現在、メキシコではコロナウイルス感染のリスクが非常に高くなっているため、私は以下のことに気をつけています。

まず、公共交通機関は使わずできるだけ配車アプリを使うようにしています。メキシコの交通機関は感染対策しているとはいえども、やはり換気が悪く、満員の車両に乗ることは避けられないため、配車アプリを使うのが無難だと思われます。また、スーパーに行くときは、人の少ない朝早くか、夜に行くようにしています。幸い、私の家の周りは治安が良く、十分に気をつけていれば夜でも出歩くことができるため、この状況では非常に助かっております。まだまだメキシコではウイルスとの長い戦いが続くと思いますが、引き続き気をつけて生活していきたいと思います。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!