

マイブウ・メーノス（まあーまあー）の世界 ブラジル

ブラジルを訪問する人、ブラジルに関心のある人にお勧めする！！

梅津 久 記

第26話－強壯飲料水グウアラナー

ブラジル人が好んで飲むもののひとつに、グウアラナー Guaraná（現地ブラジルではガラナと発音しても通じない、グウアラナーとアを付けて発音すること）がある。炭酸飲料水として市販されており、これを飲むと元気が出るという。グウアラナーは半蔓性植物で、粒上の果実をつける。その実をすりつぶして練り固め、おろし金で粉末にして水と砂糖を加えて飲むのが一般的。カフェインがコーヒーの5倍も含まれており、アマゾンの先住民には長寿の薬と信じられてきた、滋養の効果は含まれるガラニック酸にあるといわれる。

このグウアラナーには逸話がある。マウエ族の酋長にウニアイという心やさしい娘がいた。自然を愛する彼女は草花に精通しており、彼女が作る薬草はよく効くと人々に喜ばれていた。ウニアイは動物からも愛され、彼女を熱愛するヘビは魔法をかけて彼女を身ごませる。「呪われた娘よ」と家族から追放され、悲嘆にくれる彼女だったが、子供が生まれて全愛情を注ぐようになる。成長した彼女の息子はある日村に戻ったが、食べることを禁じられているバラの実を食べてしまった。マウエ族ではバラの実を食べることは死を意味する。息子は母の哀願も届かずに殺されてしまう。ウニアイが息子を埋葬するときに、彼女は「すべての病人を救ってあげて」と死の世界に住む息子に祈った。すると埋葬したところから2本の木が育ち、花をつけて実を結んだ。ウニアイは喜んでその実をたくさん食べた。彼女はみるみる元気になり、病人に与えたところすぐによくなったという。こうして、万病に効く実であると伝わっていった。これがガラナの実だという。

グウアラナーは科学的にもその効用が実証され、疲労回復やコレステロール低下などにも効果がある。アドウフォ・リスボア市場でも売られており、粉末200g入り1袋R\$10ほど。茶さじ1杯分を蜂蜜水に入れて、毎朝飲むと良いといわれている。

ガラピンと云われるアマゾンで飲まれている特殊な酒がある。

ブラジルで砂糖キビを原料とした強い酒、サトウキビの搾り汁を濁ったまま発酵・蒸留させたブラジルの国民酒ピンガ(カシャッサとも呼ばれる)の安い物(1瓶で¥10リアルもしない)でアルコール度が39から40度位の物、一般的に「51 シンクエンタ・エ・ウン」に、グアアラナーの乾燥させた実の皮をむいて、12から15粒ほど入れてしっかりと封印して、半年以上放置しておく、ピンガのアルコールがグアアラナーのエキスが抽出して、良い濃い茶色になって来る。これが、「ガラピンと呼ばれグアアラナーとピンガが混じったもの」である。お酒代わりにどんどん飲まれているが、健康酒として飲むのであれば、毎晩、盃で一杯欠かさず飲むと効果があり、3カ月もすれば体調の変化に気がついてくる。

今でも、長年アマゾンに住んでおられる、日系の方々の間では好んでこのガラピンが飲まれている、健康で長生きするための長寿の妙薬として喜ばれている。



皆さんもぜひ試されてみて如何でしょうか。

—次号 27話へ続きます—