



ジャカラнда

# Jacaranda

ナミビア・オマルル通信NO.21

2023.11.15

JICA海外協力隊

豊田桃香

## お肉の美味しい国ナミビア

ナミビアはお肉がおいしい国です。これまで、いろいろな動物のお肉を食べる機会がありました。

### ① スーパーで買えるお肉

スーパーによく並んでいるのは、日本と同じく、牛肉・ぶた肉・とり肉です。日本のように、うすいバラ肉はなく、骨のついたステーキのような分厚いお肉がよく売られています。一番好きなのは、牛タンです。まるごと売られていて、皮もついているので下処理は少し大変ですが、上手に焼けるととてもやわらかくておいしいです。牛肉にスパイスをまぶして焼き、小さく切って食べる「カパナ」はナミビアの名物料理です。

### ② 精肉店

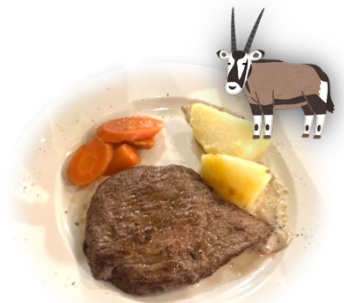
ナミビア名物カパナ



精肉店にはあまり行きませんが、ホルモンのお肉が食べたかった時は、スーパーにはないので、精肉店で買いました。ホルモンを使ったナミビア料理「マタンガラ」については、No.13で書いていますので、よかったら見てくださいね。

### ③ レストラン

レストランでは、普段スーパーに売っていないようなお肉が食べられる場所もあります。これまで食べたお肉は、シマウマ・クドゥ・オリックス・ワニ・エランドなどです。個人的に好きだったのは、オリックスとワニです。



オリックスのステーキ

### ④ お友だちのお家

お友だちのお家に呼ばれた時に、ロバのお肉を出してもらったこともあります。（民族によっては食べない民族もいて、ロバを食べたと話したら、おどろかされたこともありました。ナミビア人全員がロバのお肉を食べるわけではないようです。）

他にも、オリックスの肉でしゃぶしゃぶをしたこともあります。お友だちのお家を出してもらったシマウマの肉は、やわらかく、レストランよりもおいしかったです。



ロバの肉

日本を出ると、こんなものも食べるの？とおどろきがいっぱいですね。逆にナミビアの人たちからは、「タコを食べるの？生卵を食べるの？」とおどろかれます。