



(写真) Shutterstock “ベネズエラのトロピカルフルーツを紹介”

ベネズエラ・トロピカル果物

株式会社ベネインベストメント
松浦 健太郎

ベネズエラは自然豊かな国である。首都カラカスは年間通して気候が良い。

アマゾン州のような熱帯雨林もあれば、トゥルヒージョ州のような平地帯もあり、アンデス山脈のあるメリダ州は雪が降ることも珍しくない。

豊かな自然を持つベネズエラでは様々なトロピカルフルーツが食されているが、プロモーション不足、生産量不足、果物の輸出に関する検疫制度不足などの理由から日本での知名度はほとんどない。

本稿では、ベネズエラで食されているトロピカルフルーツについて紹介してみたい。

Curuba

最初に紹介するのは Curuba。

日本での知名度は低いですが、形がバナナに似ていることから「バナナパッションフルーツ」と呼ばれることもあるようだ。



ビタミン C が豊富な果物で、食感はパッションフルーツに似ており、やや酸味を感じる。果物としてそのまま食べることも可能だが、ジュースにして飲むのも一般的だという。なお、写真では、実が黄色だが、サーモンピンク色の実も存在する。

ベネズエラでは、アンデス地域(メリダ州・タチラ州)、コロニアトバルなど採れるという。

Anón

次に紹介するのは「アノン」と呼ばれる果物。

奇妙な形をしている果物で、中身は白い。棘のないドリアンのようなイメージだろう。味は甘みが強く、ジュースやアイスに使用される。

ビタミン C、鉄分などが含まれる栄養豊富な果物とされている。



Caimito

Caimito は真ん中を切ると星型の模様が見える果物。色は紫色、緑色、黄色など複数の色の実になるようだ。Caimito の食感は肉厚で、甘みがある。

大航海時代、パナマ・コロンビア・ベネズエラの海沿いの先住民が Caimito の木の葉を使って歯を磨いており、生物学者 Clara Inés Olaya の手記には「先住民の歯は清潔だった」と書かれている。



Guama

Guama の木は、ベネズエラでは珍しい木ではなく、駐在員であれば知らない間に帰宅や通勤中にこの植物の果実に出くわしたことがあるかもしれない。

次ページの写真の通り、Guama の実は細長く平たい。実は、緑色または黒色の種子が、綿毛のような毛で覆われており、この綿毛部分を食べる。

実際のところ、この綿毛を食べる人は多くないようだが、食べると甘くマイルドな味がするという。

どこまで科学的に検証されているかは定かではないが、健康効果も高いとされており、「天然の抗炎症剤」「血糖値のバランスを整え、性的能力を高める」などと言われている。



Icacó

Icacó は、ベネズエラでも知名度の高くない果物で、スリア州マラカイボで食べられる果物だという。

写真の通り、Icacó の実は白色だが、デザートとして加工されるため、食べる時は下写真のように赤紫色になっているという。

ベネズエラの他の熱帯果実とは異なり、種の中にアーモンドのようなものが入っており、とても香ばしく、豊かな風味だという。

Copoazú

Copoazú は「白カカオ」「ポルセラーナ (陶器)」とも言われる。スーパーフルーツの1つで極めて抗酸化作用が高い果物とされている。

通常のカカオは実を切ると紫色だが、白カカオは名前の通り真っ白。バター、チョコレート、飲み物、菓子などで高い需要がある。



Uchuva

「ゴールデンベリーズ(食用ほおずき)」「トポトポ」などの名前でも知られる。

写真の通り、「ほおずき」のように実は薄い包みのようなもので覆われている。

実(み)はオレンジ色で見た目・断面はミニトマトやぶどうに似ているが、味はパイナップルやマンゴーに近い。

最近になり、コロニアトバルで Uchuva の生産が増えているようで、カラカスの市場でも売られており、カラカスで知名度が上がりつつあるという。



パパイヤ・マンゴーは一般的な果物

ここで紹介した以外にも、ベネズエラでは様々なトロピカルフルーツが食べられている。

日本でも良く売られているパパイヤ・マンゴーはベネズエラでは極めてポピュラーな果物でよく売られており、値段も手ごろ。

他、最近では日本のスーパーで見かけるようになったドラゴンフルーツもベネズエラのスーパーや市場でよく見かける。

筆者がカラカスに駐在していた時は、スーパーやチャカオ市場などで売られていることもあり、マンゴー、ドラゴンフルーツ、Anónなどは好んで食べていた記憶がある。

ベネズエラに行く機会があれば試してみたいかだろうか？

以上