

ダワダワ新聞 第1号 2010/08/30

ダワダワとはナイジェリア、ガーナ等西部・草原地帯の植物
スープなどに入れて食されている

青年海外協力隊 22年度1次隊 理数科教師

ガーナ共和国 衛藤さき

Ghanaはこんな国 ~Republic of Ghana~



国土は日本の3分の2。時差は日本と9時間（グリニッジ子午線が通る）民族はアカン族、ガ族、エベ族、ダゴンバ族、マンプリシ族など。公用語は英語とチュイ語。現地語は74語あるが、主要な現地語は9語。宗教は国民の約半数がキリスト教徒、イスラム教約15%、その他伝統的宗教。北部ではイスラム教が多くみられる。気候は南部から北部に熱帯気候からサバナ気候に変化する。イギリス植民地時代は、ゴールドコースト（黄金海岸）と呼ばれていたが、サハラ以南のアフリカでは最も早い1957年独立。西アフリカに栄えていた古代ガーナ王国の



ガーナ到着

2010・06・23

日本からアムステルダムを経由してガーナに到着。移動時間は24時間。もうたたくた……

この日はワールドカップ南アフリカ大会 ガーナ対ドイツ戦の日。

ガーナ空港では、BLACK STARS(サッカーガーナ代表)の活躍で大盛り上がり！！

その熱気に圧倒され、ちょっと不安になる…案の定、「荷物を一緒に運んであげるよ」とガーナ人が近寄ってくる。もし荷物を運んでもらうと、後からお金を請求されるようだ。

「NO！」とはっきり言いましょう！

ガーナはおいしい!?

ガーナフードその①フウフウ

ブランテーンとヤムイモの粉末を水などと混ぜながらお餅みたいに搗く・ペペ入りの辛いスープをつけて食べる。お肉や魚などをつけることもできる。腹もちがかなりいい。もちもちしていて、ほんのり甘く、とても食べやすい。

ガーナフードその②TZ

メイズ（とうもろこし）の粉末を水などと一緒に火にかける。そして激しく混ぜる！混ぜる！メイズは水と反応して発酵すると、強烈な香りと酸味を発する。パームオイルか、オクラと魚のスープと一緒に頂く。過程の違いでバンクー、ケンケと別の料理になるが、作り方はまだ不明。

ガーナフードその③ジェロフライス

たっぷりのパームオイルで炒めた焼き飯と骨付きチキン。日本で食べる焼き飯に似ていておいしい。お肉は骨付きが一般的。

ガーナ米はタイ米に似ていて、パラパラしているのが特徴。一般家庭でもお米はよく食べられている。

ガーナではペペ（トウガラシ）をどの料理でも必ず入れるので、基本的に辛い。暑い国ならではの料理という気がしますね。

