

野菜ソムリエのおしゃれなフルーツの話

エスカルクッキングスタジオ助手

ベジタブル&フルーツジュニアマイスター 宇根底 知子 他スタッフ



No.4. レイシ(荔枝)別名・ライチ

そろそろ夏本番の季節がやってきた今回は、トロピカルフルーツの一種であるレイシをご紹介します。みなさんはレイシとライチではどちらの呼び名に馴染みがあるでしょうか？

原産は中国南部の亜熱帯地方で、中国語では「リーチー」と発音され、「ライチ」は広東語での荔枝の読みをカタカナ表記したものになるそうです。ちなみに英語の lychee は、北京語風に「リーチー」とも、広東語風に「ライチー」とも発音するそうです。

果皮は赤色でうろこ状、果肉は白色半透明の寒天質、多汁でやわらかく濃厚な甘みと芳香があります。果実は夏に熟し、採取後、鮮度が落ちやすく二日ほどで味が落ちてしまい、鮮やかな赤色の果皮が赤褐色に変色し、表皮のイガがなくなってしまうため、長期保存ができません。スーパーマーケットなどでは冷凍や缶詰、乾果などに加工されたものが出回っているのがほとんどです。現在は中国南部、台湾、東南アジア、ハワイなどで栽培されており、国内では主に沖縄と鹿児島で栽培されています。みなさんも冷凍のレイシはよく見かけることが多いと思いますが、この季節だけの生の県産レイシは、ぷりぷりとして果汁たっぷりの果肉はとてもおいしいですよ。

さて、レイシといえば、世界三大美女の一人、楊貴妃が好んで食べたというのは有名ですね。楊貴妃の美しさが唐の国を滅ぼした!?

中国、唐の時代、楊貴妃 16 才の時、玄宗皇帝と武惠妃の18番目の息子の妃となります。その後、武惠妃が亡くなった後、玄宗は楊貴妃をはじめて目にした時からその美しさの虜となってしまいます。とはいえ、彼女は息子の妻であったため、息子から妻を奪う形になるのを避けるため、楊貴妃を一時的に出家させ女道士とし、その後、玄宗の後宮に入って皇后と同じ扱いを受けることとなります。

玄宗は楊貴妃の機嫌をとるために超特急の早馬輸送を命じます。レイシがおいしいと評判の広東から長安まで、七日程度で届けたというのは信じられないスピードです。その実現には大きな犠牲があったと言われています。へとへとになるまで走らされた馬は死に、沿道の住民はかり出され、生活に圧迫がかかり、やがて安祿山の乱がおこります。これが一人の美人のために払った代償です。

もちろん、それだけが反乱の原因ではないですが、それほど楊貴妃は玄宗の愛を一身にあつめていたのはまちがいないようです。そんな美貌の持ち主が好むレイシは、コラーゲンの再生を促し美肌に欠かせないビタミンCと葉酸が豊富に含まれています。

当時の民衆は「楊貴妃」がファッションになっていたようで、レイシを好むのも、楊貴妃が訪れた場所に行くのも、後に起こる悲劇の恋も、ファッションの一部になったそうです。中国の歴史的書物にも、その美しさを褒め称えている楊貴妃は、当時の美女の理想を完成させた、しもぶくれの顔と太肉(ふとりじし)の体だそうです。今風に言うと、丸顔のグラマーというところでしょうか？美女の基準は時代とともに変わりますが、私たちもレイシを食べて美しくなりたいものですね。

