自然と食の融合 南エーゲ海

ヨーロッパの人々がトルコで長い休暇を過ごすなら、その行き先はエーゲ海や地中海に面したリゾートだという。美しい海やカラフルな街並み、近郊の観光地に加え、新鮮な農作物やシーフードなど、食の魅力も見逃せない。

トルコ珠玉のリゾートは、西はエーゲ海に接するイズミルから南は地中海沿いのアンタルヤ間に集中している。青く澄み渡る海は目に鮮やかで、この海の美しさだけでもより多くの日本人旅行者に広めたい。その海沿いにはのどかな町や活気あふれる漁村がいくつも点在し、ヨーロッパの人々は毎年好みのリゾートで長い休暇を楽しむ。

ここではトルコ南西部、エーゲ海に面したムーラ県のリゾート、ボドルム（Bodrum）、ダッチャ（Datça）、マルマリス（Marmaris）に焦点を当てよう。ボドルムはエーゲ海と地中海、どちらの玄関口ともいえる港町。トルコを代表する高級リゾート地として知られ、食の名物はボドルム・マントゥだ。中国の饅頭を「マントゥ」というが、トルコでは餃子に似た料理のこと。一般的には茹で料理だが、ボドルム・マントゥは揚げ料理。小ぶりのサイズと厚めの皮が特徴で、カリッと揚がった食感がおいしいとイスタンブルでも続々と専門店ができている。たれは唐辛子オイルやにんにく入りのヨーグルトソースというのが、いかにもトルコらしい。

ボドルムの南東約80kmのマルマリスも、ムーラ県を代表する港町にしてリゾート地だ。ギリシャのロードス島をはじめ、沖には多くの島々が浮かび、近郊のダルヤンでは泥風呂やリバークルーズが楽しめる。そのダルヤンではアオガニ（マーヴィ・イェンゲチ）が名物。名前はアオガニだが茹でると赤くなる小ぶりのカニは、塩茹でして食べるのがおすすめという。

ダッチャはマルマリスから西へ延びるダッチャ半島に位置する町。青と緑の濃淡が美しい海沿いには白砂のビーチや白塗りの建物が並び、ブーゲンビリアがアクセントを添えている。これぞエーゲ海のリゾートという町で味わいたいのは、ズッキーニの花のドルマだ。日本でも夏になるとズッキーニを食べるようになったが、花まで食べる習慣はない。より若い状態で収穫し、花が付いたままで出荷される花ズッキーニ。エディブルフラワーとして注目されており、エーゲ海地方では夏の食材としてポピュラーだ。花そのものは淡泊なので、フリッターにしたり、詰め物をして煮込むドルマにして食べる。

リゾート近郊に遺跡や温泉

エーゲ海沿いのリゾート地には訪れるべき観光地も豊富だ。ボドルムでは、海に突き出た岬に建つボドルム城が必見。ロードス島を本拠とした騎士団により15世紀に建てられたもので、強固な城として知られている。ただし、ボドルムの町なかに位置するマウソロス廟の石材を持ち運んで造ったため、マウソロス廟は礎石のみが散在する状態となってしまった。

風光明媚なリゾート地マルマリスはロードス島へ向かうフェリーの発着地として知られ、各種マリンスポーツや洞穴巡りができるボートツアーが楽しめる。昼間は遊歩道をのんびり散策し、夜は洗練されたバーやレストランでナイトライフを楽しむのもいいだろう。

おすすめはダルヤン川のクルーズツアー。ダルヤンへは、マルマリスから陸路や海路で移動し、ボートに乗り換えてダルヤン川をさかのぼる。川沿いでは紀元前4世紀に造られた王の墓、カウノス遺跡が見どころ。断崖絶壁の岩を掘って造った墓の数々は圧巻で、船上から見上げる観光客は息をのむという。

上流には体中に泥を塗って楽しむ泥温泉や周辺には絶滅危惧種のウミガメが産卵に来るイズトゥズ・ビーチもあり、見どころが尽きない。さらに上流のキョイジェイズ湖畔には、内臓疾患や美肌に効果があるというスルタニエ温泉も人気がある。海水温泉や泥風呂が楽しめるのでゆったりと時間をとって訪れてみよう。

マルマリスから西へ、長く細く延びるダッチャ半島。ダッチャの町へ向かう途中には美しいアクトゥールの入り江に立ち寄りたい。弧を描く湾沿いにカフェやバーが点在し、ひと休みするのにうってつけだ。

ダッチャの町も南側にマリーナ、北側にビーチがあり、多くの観光客でにぎわっている。地元のレストランではオリーブオイルたっぷりのメゼ（前菜）や新鮮なシーフードを味わえる。

なお、ダッチャから北へ約10kmのキョルメン港からは、毎日ボドルムへのフェリーが運航されている。このフェリーを上手く活用すれば、エーゲ海の3つのリゾート地、ボドルム、マルマリス、ダッチャの周遊が容易になる。

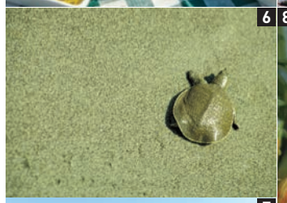
1

2

3

4

5


6

7

8

1 マルマリスは風光明媚なリゾート地　2 エーゲ海料理でふんだんに使うオリーブオイル　3 海に突き出た岬に建つボドルム城　4 ダルヤンでは川のクルージングがおすすめ　5 ダルヤン川沿いには紀元前4世紀に造られた王の墓、カウノス遺跡がある　6 イズトゥズ・ビーチには絶滅危惧種のウミガメが産卵にやってくる　7 パラソルが並ぶマルマリスのビーチ　8 花が付いたままで出荷される花ズッキーニ

花ズッキーニのドルマ

トルコ語で「ピラウ（Pilav）」はピラフの語源。そのピラウを野菜に詰める料理「ドルマ（Dolma）」は「詰める」という意味で、トルコを代表する料理の1つだ。マルマラ地方ではムール貝に詰め物をするミディエ・ドルマスが知られているが、ダッチャの名物は花ズッキーニのドルマ「カバック・チチェーイ・ドルマス」。ズッキーニの花の中に米やタマネギ、ディル、イタリアンパセリ、唐辛子、塩、砂糖などを合わせて詰めるが、薄い花を破いてしまわないようにするのが至難の業だ。煮込んだ後は冷やし、冷たいメゼとしていただくのがトルコ流。ヨーグルトを添えて食べるとよりおいしい。

エーゲ海地方では料理にオリーブオイルをふんだんに使うが、ハーブも多用する。カバック・チチェーイ・ドルマスに使うディルもセリ科のハーブで、香りが良く、薬草としての効能もある。近年はトルコでも健康志向にあり、エーゲ海地方のオリーブやハーブを使ったオーガニック料理が注目されている。