

さまざまに姿を変えるモノから  
生活の知恵や日本とのつながりを見

# MoNo 変身図鑑

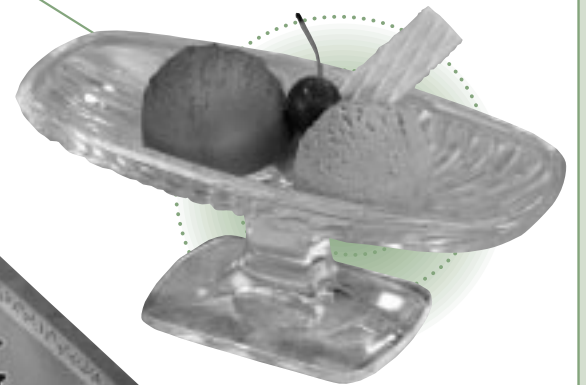
## サボテン

第16回

西部劇でおなじみの砂漠に生える巨大なサボテンから、鉢植えでかわいい花を咲かせるサボテンまで、サボテンには実に多くの種類がある。意外に知られていないその素顔を見てみると……。

### アイスクリーム

ドラゴンフルーツの名で売られているサボテンの果実は、そのまま食べてもよし、アイスクリームにも使われている



### お茶

ウチワサボテンの乾燥葉と緑茶を原料としたサボテン茶。カルシウムやビタミンを効果的に摂取できる



**厳しい環境に耐える強い生命力**  
日本でサボテンというと、圧倒的に観賞用だ。ポピュラーな球形、円柱形、うちわ形の小さなサボテンから、夏の夜に一晚だけ咲く月下美人やシャコバサボテン(クリンスイ・カクタス)のように鮮やかな花を咲かせるもの、ふわふわ、あるいは立派なトゲを持つものまで、その個性的な姿に魅せられる人は多い。  
サボテンの原産は南北アメリカ大陸の熱帯乾燥地帯で、その種類は234属3000種を超えるといわれる。降水量が少ない土地で進化したため乾燥や寒暖の温度差に負けない強い生命力を持ち、標高4000メートルのアンデス山脈の高原地帯や南極に近い寒い土地にも生息している。  
サボテンが日本にもたらされたのは江戸時代の初期、オランダからというのが

メキシコで日常的に食べられてきたウチワサボテン。食物繊維、ビタミン、カルシウムを豊富に含み、生命を支える貴重な食物として珍重されてきた



### お菓子

サボテンから抽出したパウダーを練り込んだカステラとチョコレート。サボテンの天然の色でほのかなグリーンになる



### 健康食品

ウチワサボテンを原料とした「ノバル」はメキシコでポピュラーな健康食品の一つ。便秘、肥満解消、糖尿病に効果があるとされる



### お酒

アメリカの先住民は柱サボテンの果実からお酒を作っていたという。ちなみに、テキーラの原料はサボテンではなくリュウゼツラン(竜舌蘭)というアロエに似た植物



一般的な見方だ。サボテンという名前がオランダ語に由来していると考えがちだが、意外にも日本語、サボテンの茎から出る粘液で衣類の汚れが落ちることから「シャボン体」と呼ばれたのが始まりといわれている。  
**野菜であり果物でもあるサボテン**  
サボテンの原産地であるアメリカ大陸では、サボテンは古くから食用に利用されてきた。中でも野菜として日常的に食べられていたのがウチワサボテン。豊富な繊維質とミネラルを含むサボテンは、植物が少ない乾燥地帯に暮らす人々にとって貴重な栄養源。肥満、糖尿病、二日酔い、日焼けによるシミなどを予防する民間薬としても重宝されてきた。  
メキシコの市場では今も食用のウチワサボテンが売られている。メキシコ料理の店ではサボテンをステーキにしたり、砂糖漬けにしたお菓子もある。さらに果実は果物としてもポピュラー。柱サボテンのピタヤは、日本ではドラゴンフルーツの名で売られている。

花や形を楽しむのがポピュラー



食用以外にも、チリやポリビアなどでは、サボテンを乾燥させたときに残る木質部を建材や家具の材料にしたり、ステッキとして利用するなど、その用途は幅広い。

サボテンは基本的にどれも食べられるんだ。日本でもサボテンの花を酢の物にしたりサラダにしているよ



### サボテン由来の天然着色料?

ウチワサボテン属のペニコイチジクのみ生息するコチニール虫という虫は、実は私たちの生活と深くかかわっている。この虫の和名は「エンジ虫」といい、抽出された「コチニール色素」は天然色素としてえんじ色やだいだい色、赤紫色の着色に使われる。その用途は、清涼飲料水や菓子類、ハム・ソーセージなどの食品から、繊維や紙の染色、マニキュアや口紅などの化粧品、さらに病理検査の細胞染色や染料、インク、絵の具まで多彩だ。

この色素の歴史は古く、古代インカ帝国の時代から洋服の着色などに使われてきた。コチニール色素の生産量は今もペルーが世界一を誇り、産物が少ない貧しい地域の貴重な収入源となっている。



食品では原材料名に「コチニール色素」と表示される

取材協力: サボテンハーブ園、(株)パーフェクトハーモニー