

ネパール、ポカラのお薦めチベットレストラン

ポカラ、レイクサイド (Pokhara, Lakeside) と言えば、名峰アンナプルナを仰ぎ見ることができる世界的に有名な観光地。2006 年まで続いた内戦とその後の政治動乱、加えて 2015 年の大地震で、ここ数年間、海外からの観光客は減少しているように感じられるが、各国料理のレストランと安いホテルが並び立つ姿は変わらない。経済成長の成果か、ネパール人観光客の姿は増えている。レイクサイドから右手の山を望めば、ここ 10 年ほどで数が増えたパラグライダーが、空を花のように舞う姿を見ることができる。

レイクサイドの楽しみの一つが、様々な食事。私の好みは、多くの日本人の方々同様チベット料理。ただ、中国からの亡命チベット人も既に世代を重ねており、伝統的なチベット料理にありつける機会は減りつつあるように感じられる。特に気になったのが、1990 年代後半、カトマンズのチベット料理店でよく食べた西洋のパイのような食品にありつける機会が減ったこと。高級店に行けばあるのかもしれないが、そうした店に行く得る機会はほとんどない…。幸い、レイクサイドには、このパイのようなチベット料理を提供する店がある。

写真 1 Tibetan Pema Restaurant の Sya Bhaklep (Safari)



写真 2 Tibetan Pema Restaurant の Sya Bhaklep 中身



1990 年代後半、当時 30 代の私が「チベットにはパイがあるんだ」と思い込んでいたのは、現地の感覚でいうと揚げ餃子の一種であった。Sya Bhaklep または Sya Bhakley というのが正式の呼び名のようなのである。中には、水牛の肉と野菜をミックスした具がほどよく詰まっている（写真 2）。それだけ食べてもよし、ビールのお供にしても良しの逸品である。

写真の料理を提供しているのは、Tibetan Pema Restaurant。レイクサイド、メインストリートのほぼ中間点に位置する Tibetan Mini Market の門（写真 3）をくぐるとその突き当りに見える。地区区分では Lakeside-6、参考までに GPS のポジション (UTM) は 44R 0790432, 3123766。

これは名店でないか、と感じた理由は、客層にネパール人が多いこと。おそらく地元の人たちと思われる。若者のグループが中心だが、ネパール人のおじさん・おばさん層も普通に目にする。中国のガイドブックに出ているのか、2016 年 11 月の訪問時には、中国人観光客のグループにも 3 回遭遇した。

お目当ての料理は、外国人向けの英語メニュー（写真 5、左）では、上記の Sya Bhaklep という名で Fried Momo のところに出ている（メニュー左の中間点）。面白いことに、店内壁の見本パネルには、Safari という名で載っている。2016 年 11

写真 3、4 Lakeside-6 のメインストリート沿いに見える Tibetan Mini Market 入り口と、写真 3 の突き当りに見える Pema Restaurant の入り口



写真 5 Tibetan Pema Restaurant の外国人向けメニューと、店内のパネル



月末現在で、価格は Rs 250 (260 円ほど)。メニューにはサービスチャージ 10% と書いてあり、私はいつもしっかり取られている。

また Tibetan Mini Market の門 (写真 3) のすぐ上 (2 階) には、Potala Tibetan Restaurant がある。この店は、知り合いの大学の先生に教えてもらった。Pema とは対照的に、こちらの客層は欧米の観光客中心である。経営者 (コック) 夫妻の子供二人が、店内でテレビを見たりゲームをしたり、そしてもちろん (時々) メニューを配るなど店の手伝いをしているのが微笑ましい。2015 年に訪れたころは、客席のそばに乳母車、さらにはなんと洗濯機まで置いてあり、生活臭プンプンの雰囲気が欧米人客層と面白い対比を成していた。2016 年 11 月時点では、洗濯機は消えていた。

この店にも Sha Bhakley (写真 6、7) があり、水牛、鶏肉、野菜とチーズの組み合わせなど、水牛肉のみの Tibetan Pema Restaurant に比べると、中身を選べるのが楽しい。価格は、水牛肉のものが Rs 290 と Pema よりは少し高めとなるが、Pema のものより大きめで味は同様にいける。店の雰囲気に関する好みで選択されると良いと思う。

写真 6 Potala Tibetan Restaurant の水牛 Sha Bhakley



写真 7 Potala Tibetan Restaurant の水牛 Sha Bhakley の中身

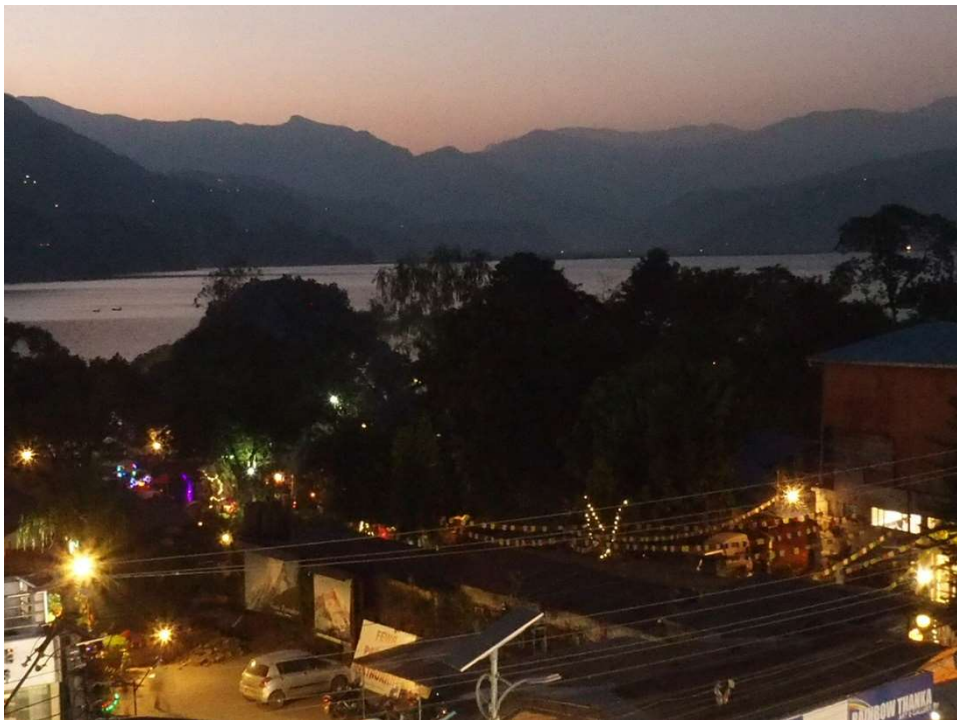


ポカラの町も、ここ10年で人口は増え車の往来も激しくなった。しかし埃の中、マスクをして歩き、いつ車に轢かれるかとビクビクしなくてはならない首都カトマンズと比べれば、まだのんびりした感が残っている。訪問者のわがままかも知れないが、こののんびりとした感とは、できるだけ長く続いてほしいものである。街中のどこからでも望める山々の姿も相変わらず美しい（写真8）。レイクサイドのホテルから眺める Fewa 湖の水も、環境保護運動の成果か、心なしか以前よりはきれいになった気がする（写真9）。

写真8 ポカラ住宅地区から見るアンナプルナ連峰



写真9 レイクサイドのホテルから、夕闇に沈む Fewa 湖の眺め



さてこうした内容、特に冒頭の「…気になったのが、1990 年代後半、カトマンズのチベット料理店でよく食べた西洋のパイのような食品にありつける機会が減ったこと」を記した後、帰国のためにカトマンズに戻ると、なんとビックリ。

「地球の歩き方」にもよく出ている、タメルの老舗チベット料理店 Gilin Gche (Tel: +977-1-4410026)に Sya Bhaklep (Bhakley)があった (写真 10)。2014 年にこの店に来た時は無かったはずだが…。見落としていたのか、はたまた最近チベット料理店のメニューが変りつつあるのか。

何はともあれ試してみる。美味しい。しかも、ポカラの両店のものより安く (水牛肉のものが 195 Rs)、サイズもでかい (写真 11)。写真 12 では中身の詰まり具合が悪いように見えてしまうが、写真 11 奥に写っているもう一片には、具がまさにギッシリ詰まっていた。そちらに取り掛かる頃にはビールで出来上がってしまっており、もう写真を撮るどころではなかったのでご容赦を。

ネパールを訪れる機会があれば、どこぞでこの大型揚げ餃子をお楽しみください。

写真 10 カトマンズ、タメルの Gilin Gche のメニュー

.....	Rs. 375.00	
Paktsel	Rs. 425.00	
.....	Rs. 325.00	
.....		
Shabhaley		
(Stuffed with different ingredients with Tibetan herbs into dough and deep fried)		
.....	Rs. 180.00	
.....	Rs. 230.00	
.....	Rs. 195.00	
.....	Rs. 260.00	
MoMo		
(10 pieces of dumplings)		
	Steam	Kothey (pan fried) Deep Fried
.....	Rs. 140.00	Rs. 165.00 Rs.185.00
.....	Rs. 145.00	Rs. 170.00 Rs. 190.00
.....	Rs. 190.00	Rs. 220.00 Rs. 245.00

写真 11 カトマンズ、タメル Gilin Gche の水牛 Shabhakley



写真 12 写真 11 の中身。詰まっていない方を載せて済みません（本文参照）



