



# ロンバルディア

Lombardia

## イタリアからの手紙

モンテ物産のイタリア駐在員が現地ならではの情報をお届けします。

ミラノでは日曜日を除いてほとんど毎日、市内のどこかで朝市(青空市場)が開かれています。普段は道路や広場となっている場所に、一直線にお店が立ち並び、いつも地元の人々でこた返しています。

ここでは食料品はもちろん、衣類、靴、台所用品、小物や雑貨まで、生活用品のほとんどが揃います。

ミラノに赴任して初めて朝市に行ったときは、その規模と活気とにかく圧倒されました。野菜ひとつ買うにも、どのお店が一番賑やかで品物が新鮮か、どのおじさん、おばさんが親切か、とあれこれ見比べながら、妻と一緒に行きつけのお店を決めたものです。今では店の人もすっかり顔なじみになりました。八百屋、魚屋、肉屋などはいつも行く店が決まっています。いったん顔なじみになると、そこはイタリア。食材の下ごしらえや調理の仕方など、いろんなことを実に親切に教えてくれます。これに慣れると、スーパーでの買い物には何とも味気なさを感じてしまうほどです。昔の日本の商店街にも、こういう風景があったような気がします。朝市は、私たちにとって、会話やイタリア料理の格好の勉強の場であるだけでなく、地元の人々との大切なふれあいの場でもあるのです。



モンテ物産 ミラノオフィス 廣澤篤史

## Le Feste in Italia 11月のお祭り

1日~	各地	聖者の日 Tutti i Santi
	各地で守護聖人に捧げる祭事が行われるイタリア国民の休日。色とりどりのコスチュームを着た子供を連れて家族で先祖の墓参りに行く姿があちこちで見られる。	
1~6日	ウンブリア州 ペルージャ	諸聖者の祭り Fiera dei Morti
	数世紀にわたり続いている祭りで、イタリア国民の休日「聖者の日」を初日とする。ペルージャでは聖者数名をたたえるため6日間にわたって繰り広げられ、青空の下たくさんのお祭りが立ち、賑わいを見せる。	
4日・5日	エミリア・ロマーニャ州 ラベンナ	ポークフェスティバル Festa del Porco
	エミリア・ロマーニャ州特産のポーク、ハム、ソーセージが振る舞われる収穫祭のひとつ。青空市がたち、その年の収穫を祝う。	
19日	カンパーニア州 ナポリ	ナポリ・ポンペイマラソン Napoli-Pompei Maratona
	ナポリ・ポンペイ間、42.195kmで行われる。エントリーは誰でも可能という市民参加型のマラソン大会。	
21日	ヴェネト州 ヴェネツィア	サンタ・マリア祭 Festa della Madonna della Salute
	1631年、数千人の犠牲者を出したペストの終息に感謝して工されたサンタ・マリア・デッラ・サルテ教会。その建立を祝うヴェネツィアでも有名な祭り。	
22日	トスカーナ州 シエナ	サンタ・チェチーリア祭 Festa di Santa Cecilia
	サンタ・チェチーリアとは「音楽を護る聖徒」の意。中世の町並みがそのまま残るこの町で様々なコンサートやイベントが行なわれる。	
25日・26日	トスカーナ州 シエナ	新油祭 Festa di Autunno che Celebra Nuovo Olio
	エキストラ・ヴァージン・オリーブオイルの収穫を祝う祭り。町全体に賑やかな音楽が流れ、いたるところでオリーブオイルを使用した料理が振る舞われる。	

NINO NEGRI 5 STELLE VALTELLINA SFURSAT



## 世界に見出された ワイン銘醸地 ロンバルディア州

イタリア経済の中心地ロンバルディア州の傑出したワイン産地と言えば、ヴァルテッリーナ地区です。古代ローマ時代から銘醸地として知られた同地区は、ピエモンテ州以外でネッビオーロ種(パローロのぶどう品種)を栽培する、イタリアでも数少ない産地のひとつ。この地でのネッビオーロの名は「キアヴェンナスカ」。キアヴェンナの町で取り引きされたことが由来とされています。

ヴァルテッリーナ地区は、険しい急斜面の連なる地形。南からの日差しを受けやすい北向き斜面に、小区画に細分化されたテラス式のぶどう畑が長く続きます。

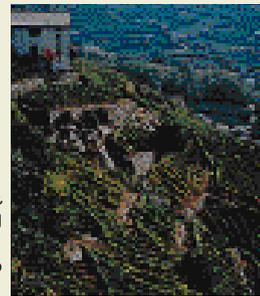
D.O.C.G.昇格を果たしたヴァルテッリーナ・スーペリオールをはじめ、少量ながら極めて質の高い同地区のワインは、「パローロに匹敵する」として、州外や海外での評価を急速に高めています。経済と文化の中心ミラノを擁するロンバルディア州に、まさしくふさわしいワインと言えるでしょう。

ニーノ・ネグリ社 「チンクエ・ステッレ」  
ヴァルテッリーナ・スフルサート  
750ml / 6,000円(参考価格)  
「スフルサートsfursat」とは「強化された」の意。ぶどうを陰干して糖度を高め、アルコール度数の高いワインに醸す独特の醸造法から名づけられています。スフルサートは10年以上にわたって熟成を重ねるとも言われます。その凝縮した深い味わいは、まさに「チンクエ・ステッレ(五つ星)」の名にふさわしい偉大な赤ワインです。



Nino Negri

ニーノ・ネグリ社の設立は1897年。一世紀以上にわたり、ヴァルテッリーナの重要なワイン生産者として高く評価されてきました。同社が所有するぶどう畑は、40kmも連なり、周囲を700kmにおよぶ崖壁が取り囲んで畑を守っています。またクアドリオ城の地下にある同社のセラーには、多くの観光客やワイン愛好家も訪れています。



# 経済と文化の国、ロンバルディア州

スイスとの国境に接し、コモ湖やガルダ湖などイタリアを代表するリゾートを擁するロンバルディア州。州都ミラノはイタリア経済・商業の中心、そして文化都市としての役割を併せ持ち、世界中の注目を集めています。



ヴィンチの傑作「最後の晩餐」もこの時代の作品です。

## 芸術の都・ミラノ

度重なる侵略による破壊のために歴史的建造物が少ないミラノですが、実は建物の中に一歩足を踏み入れたところに真の芸術があるのです。ミラノの中心ドゥオモはその内部も壮麗かつ荘厳で見る者を圧倒します。また、ヨーロッパ最大規模を誇るミラノ中央駅、オペラの殿堂スカラ座、レオナルド・



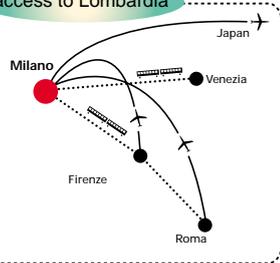
## ロンバルディア州の歴史

6世紀にこの地方を支配していたロンバルド族に由来して「ロンバルディア」と名づけられたこの州は、様々な侵略にさらされながら発展してきました。12世紀に発展した毛織物や絹織物産業は、ファッションの街ミラノを作り出し、現在のイタリアン・モードの原動力になっています。13世紀後半からは領主専制時代となり、その豊かな経済力を背景にルネッサンス文化が花開きました。ミラノの中心ドゥオモ、ダ

## access to Lombardia

### ロンバルディア州へは・・・

【飛行機で】ミラノのマルペンサ空港( Aeroporto di Malpensa )またはリナーテ空港( Aeroporto di Linate )までローマ、フィレンツェから約1時間。日本からの直行便は週6便、所要時間約12時間30分



【列車で】ローマから特急ICで約5時間30分、ヴェネツィアからICで約3時間、フィレンツェからESで約3時間でミラノ中央駅に到着。

ダ・ヴィンチの傑作「最後の晩餐」を有するサンタ・マリア・デル・グラツィエ教会。ミラノの歴史や芸術は、建物の中に入ってこそ楽しめるものがいっぱいです。

## ロンバルディア州の食文化



薄く叩いた牛仔肉をカリカリに揚げた「牛仔のカツレツ」、サフランをふんだんに使ってアルデンテで仕上げた「ミラノ風リゾット」、ヴァルテッリーナ地方に伝わるそば粉の pasta 料理「ピッツォッケリ」、世界三大ブルーチーズのひとつ「ゴルゴンゾーラ」...。ロンバルディア州には名物料理がたくさんあります。皆、さぞおいしいものを食べているかと思えば州都ミラノのお昼ときは、レストランではなく、パルと呼ばれる喫茶店でパニーノとカプチーノという簡単なランチを済ませる人が多いです。ビジネス街のランチタイムは日本人と変わらず、なんと平均1時間。そのかわり、夜はカンパリア

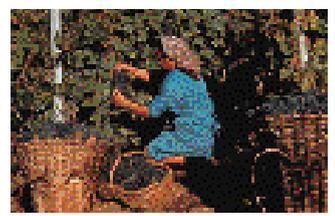
スプマンテなどの食前酒で始まるゆつたりしたディナーを楽しみます。

## 古代ローマからのワイン産地

スイスとの国境すぐ脇の渓谷がヴァルテッリーナ地方。ロンバルディア随一のワイン産地です。ヴァルテッリーナという名前は、古代ローマの書物にも銘酒として登場しています。

アッダ川を中心に東西に伸びる渓谷は海拔900m。夏は暑く、好天に恵まれるものの、太陽を受けるのは北側斜面だけで、南の斜面は万年日陰です。そのため、この地のぶどう畑は少しでも陽の光を受けやすいよう、畝が頂上に向かって縦に走っています。収穫の時は、何度も登り下りを繰り返さなければならず、ぶどう栽培には並大抵ではない労力がかかります。

ヴァルテッリーナでは白ワインも赤と同じキアヴェンナスカ(ネッピオーロ)種からつくっています。また、陰干しして糖度を高めてから醸造するスフルサートなど、独特のスタイルを持つ銘酒の産地と言えるでしょう。



# 伝統と個性が息づく ロンバルディア州のワイン

ロンバルディア州の銘醸地といえば筆頭格はヴァルテッリーナ地区。ヴァルテッリーナ・スーペリオレは、1998年にD.O.C.G(保証付産地統制呼称)に昇格し、国際的にも注目を集めています。



「チンクエ・ステッレ」  
ヴァルテッリーナ・スフルサート  
750ml / 6,000円  
ぶどう品種 / キアヴェンナスカ  
ソンドリオ県ヴァルテッリーナ  
地区  
陰干して糖度を高めたぶどう  
からつくる、凝縮した味わいの  
長熟型がスフルサートです。  
(D.O.C.G.)

ニーノ・ネグリ社  
のワイン



*Nino Negri*

「カ・プリオーネ」  
テッラツヴェ・レディケ・ディ  
ソンドリオ  
750ml / 2,800円  
ぶどう品種 / キアヴェンナスカ  
ソンドリオ県カリア・プリオーネ村  
黒ぶどうであるキアヴェンナスカ  
が(ネッピオーロ)種からつくる  
白ワイン。オーク小樽での熟成  
が、凝縮感と厚味をもたらして  
います。(I.G.T.)

価格は全て参考価格



「マゼール」  
ヴァルテッリーナ・  
スーペリオレ・インフェルノ  
750ml / 2,800円  
ぶどう品種 / キアヴェンナスカ  
ソンドリオ県ヴァルテッリーナ  
地区インフェルノ  
タンニンがしっかりしているが  
なめらかで重厚な味わい。「イ  
ンフェルノ(地獄)」とは夏の暑  
さと水源が確保しにくい難しい  
地形から。(D.O.C.G.)

D.O.C.G. Denominazione di Origine Controllata e Garantita  
(保証付産地統制呼称)  
D.O.C. Denominazione di Origine Controllata(原産地統制呼称)  
I.G.T. Indicazione Geografica Tipica(地域特性表示)  
V.d.T. Vino da Tavola(テーブルワイン)

ニーノ・ネグリの  
エノコ(醸造責任者)ディレクター  
カジミロ・マウレ氏



## ノヴェッロの季節がやってきた!

11月はお待ちかねノヴェッロ(新酒)のシーズン。  
今年のぶどうでつくったできたてノヴェッロを  
今年もイタリア各地からお届けします。

**トスカーナ州**  
メリーニ社  
「サン・ロレンツォ」  
ノヴェッロトスカーナ(I.G.T.)  
ぶどう品種 / サンジョヴェーゼ、  
カナイオーロ・ネーロ、  
チリエジョーロ

**マルケ州**  
ウマニ・ロンキ社  
「ジェンマート」  
ノヴェッロ マルケ(I.G.T.)  
ぶどう品種 / サンジョヴェーゼ、  
ラクマ・ディ・モッロ・ダルバ

**ヴェネト州**  
ベルターニ社  
ノヴェッロ パルダリーノ  
(D.O.C.)  
ぶどう品種 / コルヴィーナ・  
ヴェロネーゼ、ロンディネッラ、  
ネグララ、ロッシニョーラ

**プーリア州**  
リヴェラ社  
「プリモカント」ノヴェッロ  
プーリア(I.G.T.)  
ぶどう品種 /  
モンテプルチアーノ、  
ウーヴァ・ディ・トロイア

**カンパニア州**  
フェウディ・ディ・サン・グレゴリオ社  
「ノベッルム」ノヴェッロ  
ベネヴェンターノ(I.G.T.)  
ぶどう品種 / サンジョヴェーゼ、  
モンテプルチアーノ他

**トスカーナ州**  
ファットリア・デル・チェッロ社  
「プレジエロ」ノヴェッロ  
トスカーナ(I.G.T.)  
ぶどう品種 / サンジョヴェーゼ、  
チリエジョーロ

**シチリア州**  
ドーカ・ディ・サラパルータ社  
「コルヴォ」ノヴェッロ  
シチリア(I.G.T.)  
ぶどう品種 / ベッコリーネ、  
フラツパート

### ワインひとくちメモ

#### ヴィンテージ2000年のノヴェッロ(新酒)

その年のぶどうで醸造され、11月6日にお目見えするのが、ノヴェッロといわれるワインです。ノヴェッロには、このあと市場に出る2000年ヴィンテージのワイン、特に熟成を重ねて数年後に出荷されるフルボティの赤ワインの品質をみきわめるとい意味もあります。日本では、「初め」が収穫されるとまず、豊作をもたらした先祖に感謝して供え物にするのと似て、イタリアでは、酒の神バッカスに豊作を感謝してワイン祭りで楽しく飲み明かすという伝統があります。

ノヴェッロは、フレッシュな果実の風味を楽しむために、「マセラシオン・カルボニック」とよばれる製法でつくられます。炭酸ガスの気圧中にぶどうを置き、自然につぶれたぶどうから皮の色素を早く抽出するという特殊な醸造方法です。

今回ご紹介するのはイタリアの北から南まで7つの州でつくられた8種類のノヴェッロ。ワインの豊饗を祝いながら、収穫祭のひとつとしてエンジョイするのもこの季節ならではの楽しみです。レストランでは、アペリティフや白ワインの代わりに、また家庭ではミネリアムの2000年を祝って楽しんでみてください!いかがでしょうか。

川手一男 モンテ物産シニア・ワインアドバイザー。全国で年間200回ものワイン講習会の講師をつとめ、「教え子」は2万人をこえる。



本場イタリアのプロに選ばれた、究極のコーヒーをお届けします。

## 豆を選び、製法を選び、缶を選んだ、究極のコーヒーが2タイプ

1933年エスプレッソ専門メーカーとして創業以来、イタリア国内で業務用NO.1のシェアを持つイリカフェ社が、その長い歴史の中で完成させた本物のイタリアンコーヒー「イリー・エスプレッソ」。厳選したアラビカ豆のみのブレンドを、時間をかけて丁寧にローストし、アロマを保つためゆっくりと空気冷却。さらにコーヒーの劣化を防ぐためにパッケージに不活性ガスを封入しています。イリカフェ社の品質へのこだわりは世界中で高く評価を受けています。

独自の製法で仕上げたオリジナルロースト  
ノーマルロースト

ブラジル、エチオピア、グアテマラなど9種類のアラビカ種豆を使った、イリーブレンドのコーヒー豆を、エスプレッソに最適な極細に挽いています。



イリー・エスプレッソ粉 ノーマルロースト  
125g 800円  
250g 1,360円

カプチーノやカフェラッテとの相性が抜群!  
ダークロースト

ブレンドはノーマルローストと同様。焙煎方法の違いで、味わいの違いを作り出しています。



イリー・エスプレッソ粉 ダークロースト  
125g 800円  
250g 1,360円

価格は全て参考価格



エスプレッソひとロメロ

### エスプレッソとは?

イタリア人の生活に欠かせない飲み物となっている「エスプレッソ」。エスプレッソとはイタリア語で「急行列車」を意味し、蒸気圧によって短時間でコーヒーを抽出する方法として、1817年に発明されました。その方法により抽出したものをエスプレッソコーヒーとします。

### エスプレッソに適した豆

深煎りの豆(フレンチ~イタリアンロースト)が適しているとされています。「焙煎」(=ロースト)という作業によって、コーヒーの様々な成分(酸味・脂肪・香り・カフェイン等)が炭化カラメル化するため、深煎りにすると苦味やコクがうまれます。また、短時間でコーヒーの旨みを抽出するため、極細の粉を使用します。

おいしくて身体によいイタリアの『食』の秘密をさぐる連載コラム

## ドクター横山の イタリアに学ぶ医食同源 3

中央公論新社「イタリアに学ぶ医食同源 真の美味を求めて」より

### 横山淳一

医学博士。専門は内科学、特に糖尿病、代謝内分泌学。現在、東京慈恵会医科大学・内科学助教授。著書にダニエラ・オージックさんとの共著「南イタリアの家庭料理」「ラ・パスタ」などがある。



### 赤ワイン

ワインを日常的な食事のよき伴侶としているのはなんといつてもイタリアである。遠い昔から、どんな貧しい時でも、どんな貧しい人でも、いつも食卓にはワインがあった。刑務所の食堂でも、病院の入院患者の食卓でも、ごく自然に人間の生きる権利のごとく享受されている。ワインは酔うためのものではなく人間の体に活力を与える大切な食べ物、という考えがあるからなのだろう。

ことに赤ワインは体にとって良い効果があるとはっきりわかって、米国では赤ワインの消費量が急増したとイタリア人に話しても、そんなことは昔から言い伝えられていて、当然であるかの顔である。

さてその赤ワインであるが、おいしくかつ健康食品であることを検証してみよう。赤ワインの主成分は、水、エチルアルコール、糖、グリセリン、タンニン、アミノ酸、有機酸、炭酸ガスなどである。タンニンとは赤ワインの渋みをもたらす成分で、ポリフェノール類に含まれる。

赤ワインの成分として最近注目されているのが、このポリフェノール類と赤ワインの赤い色素であるアントシアン類である。これらは、抗酸化物質の一つで、いろいろな病気の元凶とされる活性酸素の攻撃から体を守るように働く。赤ワインをよく飲む人には、健康を脅かす動脈硬化に基づく心血管障害が少ない。乳脂肪の摂取量が英国人と同じように多いフランス人でも心血管障害による死亡は英国の3分の1。これはフランス人のワイン消費量が英国人の6倍であることと関係が深いという疫学研究結果が出ている。

楽しい食卓でのワインは心も肉体も健康にする。しかし飲みすぎには注意が必要で、そのための2、3の工夫がある。空腹の状態での飲みはじめない。料理との相性を楽しみながらゆっくり飲む。開けたワインをその日のうちに無理に飲みほさないように、びんの空気抜き用の器具を用意する、などである。

イタリアでは乾杯を「Alla Salute」(アッラ・サルデー)という。サルデーは「健康」という意味である。まさに「健康を祝して」と発声して、ワインを飲むのである。

## プロが教える「今月のひと皿」

名店『アクアパッツァ』の日高シェフに教わったのは、  
**ヒイカとトマトのソテー**



### 作り方

ヒイカはまず軟骨を引き抜き、次にくちばしも抜き、目も取って2~3つに切る。  
トマトは湯剥きし、種ごと1.5cm角に切る。  
にんにくはみじん切りにする。ルーコラは2~3等分に切る。  
フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れ、ゆっくりと炒めて香りを出し、ニンニクが色づいたらヒイカを加え、強火で一気に炒める。  
塩、胡椒で調味し、ヒイカに火が通ったら白ワインを注いでアルコール分を飛ばす。  
トマトを加えて手早く炒め、ルーコラを加えて仕上げにエキストラヴァージンオリーブオイルをまわしかけ、火を止めてざっと混ぜ、器に盛る。

### 材料：2人分

ヒイカ	6ハイ
トマト	中2個
にんにく	1片
ルーコラ	10枚
オリーブオイル	適量
塩(モティア)	少々
ひきたて胡椒	少々
白ワイン	適量
EXヴァージンオリーブオイル	適量

### 日高良実

1957年神戸生まれ。神戸と東京で修行の後、86~89イタリア各地の名店で腕をみがきつつ、北部から南部まで地方料理を食べ歩く。西麻布・青山の「アクアパッツァ」千駄ヶ谷の「マンジャベッジェ」の3店を駆け回る大忙しの総料理長。



### モティア社

#### サーレ・インテグラレ・フィーノ

細粒タイプの海塩です。イタリア料理だけでなく、全ての料理に使用することができます。

容量1kg 340円

#### サーレ・インテグラレ・グロッソ

粗粒(グロッソ)タイプの海塩です。パスタや野菜を茹でる時、スープや薫製の下準備などに最適な塩です。

容量1kg 340円



### メロ トレッピーアーノ

イタリア語で「混じりけのない」「純粋な」を意味するメロは、モンテ物産のオリジナルブランドです。トレッピーアーノはテーブルワインとして気軽に味わえるさっぱりとした味わいの白ワインです。

750ml / 870円

料理に合う  
おすすめ  
ワイン



価格は全て参考価格

## information

### モンテ物産ホームページ “Monte-Net”(モンテネット) 開設のお知らせ

本物のイタリア食材をお届けしているモンテ物産では、おいしい食材と共にイタリアの元気をお届けするホームページを開設しました。  
様々な楽しいメニューが揃っておりますので、是非アクセスください。

HPアドレス <http://www.montebussan.co.jp/>

#### イタリア塾

モンテ物産が主催する、気軽にイタリアを楽しむ講座をご案内しています。

#### 会社案内

モンテ物産・グループ企業の会社概要をご案内しています。各社の公式ホームページへのリンクもあつきます。

#### ピッコ

東京・大阪のイタリアンショップ「ピッコ」のご案内です。オンラインショッピング、カタログ販売も行っております。

#### COOKING!

人気のイタリアンシェフが家庭でも作れる、とっておきのレシピをモンテネット上で紹介してくれます。



#### タンティリア

本誌「タンティリア」をネットでもご覧いただけます。

#### イタリア食材

パスタ、オリーブオイル、トマト、専門食材をご紹介します。製品情報に加え、地中海式ダイエットのコラムなど、耳寄り情報も掲載しています。

#### ワイン&リキュール

イタリア北部・中部・南部ごとにワイナリーをご案内しています。ワインの詳細情報とともに、よく合う料理もご紹介しています。