



タンティリア



TANTI LIA

CONTENTS

イタリア直送便

イタリアからの手紙

現地トレンド情報

現地お勧めレストラン

特集

米

ファリーナ

季節の一品

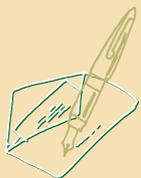
プロが教える季節の一品

季節の一品にあわせたいワイン

【新連載】今月の人

インフォメーション





イタリアからの手紙

モンテ物産のイタリア駐在員が
イタリアの食文化をご紹介します。

イタリアの米

イタリア人の食卓に欠かせないパスタ。日本人の食卓には米。こうしたイメージをお持ちの方も多いのではないだろうか。しかし、実は米はイタリアの食卓にもなじみの食材であり、主に北イタリアのロンバルディアとピエモンテ、ロンバルディアとヴェネトの各州境、またトスカーナやサルデーニャ島の一部地域で生産されている。今回は米の謎に迫るべく、イタリア有数の米の産地であるピエモンテ州ヴェルチェッリを訪れた。

そこには見渡す限りの水田風景が広がっていた。まるで日本に似るような、ほっとする田舎であった。私が訪れたのは7月末で、村は至って静かであったが、8月になると大勢のスタッフが田に出て稲穂に付いた余分な葉や雑草を除去する作業が開始される。良い米をつくるために欠かせない、大切な仕事なのだそう。

さて、イタリアで生産される米には、主にカルナローリ、バルド、ヴィアローネナーノ、パルッラ、アルボリオなどの種類がある。実は私は「米好き」な日本人でありながら、「コシヒカリ」と「ササニシキ」の違いもわからない。当然イタリア米の品種など、代表的なものを除いては知る由もなかったため、今回、ぜひ全種類の食べ比べをしようと密かに思っていた。しかし、中には希少な米もあるため全種類そろえるのは難しく、残念ながらその夢は叶わなかった。そこで味わうかわりに米会社の従業員や近辺のレストランスタッフにどの米が一番旨いか質問してまわった。すると返ってきたほとんどの答えが「カルナローリ!!」だったのである。

日本の炊飯器で炊く米の食べ方とは違い、イタリアではリゾットに代表されるように米を「煮て」、パスタ同様にアルデンテを楽しむ。そのため、出来るだけ粘着性が低くて固いものが好まれるというわけである。カルナローリはその条件を全て満たしており、トスカーナやラ

ツィオなどで食される米のサラダなどにも最適なのだ。イタリア人が好む米は、やはりイタリア米の代表格、「カルナローリ!!」であったと納得した1日であった。



米を貯蔵するサイロ

モンテ物産 ヴェローナオフィス
宮西 憲洋

現地トレンド情報

イタリアの専門家、モンテ物産スタッフによる旬のイタリア情報です。

オープンラッシュが続く
ワインバー

イタリア人を、そしてイタリアを語る上で無くてはならないもの。そのひとつがBAR(バー)である。ここでイタリアの老若男女はエスプレッソや食前・食後酒を飲み、気心知れた仲間と大いに語り、歌う。ところが最近のBARは以前とは少し違っているようである。

イタリアへ着任して間もない頃、夕食を外で済ませ、その後BARで食後酒を一杯飲むのが日課ようになっていた。金曜日ともなると店の外にまで人が溢れ、ワイングラスを持ったまま立ち話をしている。皆ワインを飲んでいるのである。私にはこの風景もそれ程驚くものではなかったが、イタリアに精通した上司がぼつりと言った。「昔、若者はビールを飲んでいたのである」。

他のBARへ行っても、やはり皆ワイングラスを傾けている。実はイタリアではワインバーのオープンが相次いでいるのだ。店内にはグラスで飲めるワインのリストがチョークで書かれ、店員が説明もしてくれる。グラス1杯のスプマンテだけのつもりが、白や赤ワインにも興味をそそられ、2杯、3杯とたのんでしまう。するとついつい軽いつまみにも手が伸び、店を出る頃には本格的なお腹がいっぱいになってしまうことが私の場合少なくない。

夜も更けて店を出る頃、また来ようといつも思う。そんな私たちとすれ違いで、今夜もまた一組の若者グループがワインを楽しみにBARにやってきた。



(モンテ物産 ヴェローナオフィス 宮西 憲洋)

イタリアで話題の

あんな店、こんな店

ピエモンテ州

ピエモンテ州のお勧め
レストラン

La Bettola
ラ ベットラ

店名 : La Bettola(ラ ベットラ)
住所 : S.s.Vercelli Biella,9
電話 : 0161-85-8045
定休日 : なし
予算 : 40ユーロ(約4,500円)
アクセス : ヴェルチェッリ オヴェストから
ピエラ方面へ車で15分



三ツ星ホテル内にあり、日を限らず常に地元の人で満員のレストラン。イタリア有数の穀倉地帯にあるため、リゾットなどの米料理が充実しており、その味にも定評がある。また、この地域の伝統料理でありながら、あまりお目にかかれないパニッサ(インゲン豆や豚の皮が入ったリゾット)も絶品。ピエモンテ州の赤を中心としたワインを楽しむことが出来る。



ピエモンテ州の伝統料理パニッサ

Riso

特集
毎回、旬の食材をご紹介します
お米

ヨーロッパ最大の米産地、イタリア。
イタリア米でつくるリゾットは、
弾力があって歯ごたえもばっちり!
本場の味をご家庭でも
味わってみませんか?

Spigadoro

<スピガドーロ>

ワンポイント
レシビ



スピガドーロ
イタリアン・リーゾ・カルナローリ
1kg/1,100円(参考価格)

一粒一粒がしっかりしていて煮崩れしにくく、アルデンテの状態を長時間持続します。また、味が大変浸透しやすく、味わい豊かに仕上がります。プロのシェフにも好んで使われている最高品種のイタリア米です。

イタリアン・リーゾ・カルナローリを使って、手軽でおいしいドルチェをつくってみませんか?
フィレンツェ風
お米のフリットテレ ヴァニラソース
Frittelle di Riso alla Fiorentina in Salsa Vaniglia

イタリアン・リーゾ・カルナローリ 200g
牛乳 1リットル
卵黄 2個分
卵白 2個分
小麦粉 100g
バター 50g
サルタナレーズン(干しブドウ) 100g
ヴァンサント(マキヤヴェッリ) 10cc
重曹 1さじ
レモンの皮 適量
砂糖 50g
塩 適量
フライ用オイル 適量

作り方

牛乳に塩を入れて熱し、イタリアン・リーゾ・カルナローリ、バター、砂糖50g、レモンの皮をすりおろしたものを加えてよく煮る。

を火から下ろして十分に冷ました後、卵黄、重曹、小麦粉、ヴァンサント、サルタナレーズン(水に浸けてふやかす)、良く水気を切ったもの)を加えて良く混ぜ、最後に泡立てた卵白を加える。

フライ用のオイルを温め、をスプーンですくって落とし、両面が色づくまで揚げる。

油をよくきり、グラニュー糖を振り掛ける。

[イタリア米産地]



イタリア米の秘密



イタリアへの米の伝来にはいくつかの説がありますが、中でも10世紀頃にアラブ人がシチリアへ伝えたという説が有力であるといわれています。古代ローマ人は、薬効効果があるとして米を珍重してきたため、イタリア全土へ米が広まりはじめたのは14世紀以降のことでした。しかし当時の米も高価な食材として宮廷料理にのみ使われるもので、一般の人々が口にすることはほとんどなかったようです。一方で貴族とのつながりが強かった修道院ではイタリアの風土にあった品種

の研究が進められていました。そして、16世紀になってやっと本格的にイタリアでの米づくりがはじまったのです。

現在はそのほとんどが北イタリアで生産されているため、南部よりも北部の食卓に米料理が多く並びます。サラダやスープ、デザートなど、さまざまな料理に使われますが、中でも人気No.1米料理といえばリゾット。イタリア米は日本米と違って粘り気が少ないため、調理してもべたつかず、しっかりとした弾力のあるアルデンテに仕上がります。このときに大切なのが、米を洗わないこと。日本では米を洗う習慣があるため、なんとなく抵抗があるかもしれませんが、水分を吸いすぎると、芯がなくなって米粒がつぶれてしまい、理想的なアルデンテに仕上がらないのです。

日本米とは一味違ったイタリア米で、本格的なリゾットをつくってみませんか。

Farina

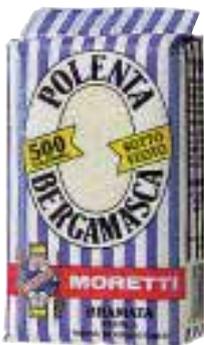
特集

毎回、旬の食材 をご紹介しします

ポレンタ・栗の粉

古代ローマ時代から
イタリアの食卓にのぼっていたポレンタ。
中北部のおやつには欠かせない栗の粉。
どちらも昔ながらの素朴な味を
大切にしています。

繊維質が豊富で低カロリーな自然食品。じっくりと煮こむ本格派タイプで、
とうもろこし本体の風味が豊かに香ります。



モリーノ・リウニーティ社
1922年創業。ポレンタの本
場、ベルガモにあるとうもろ
こし粉と小麦粉の製粉メー
カー。厳選された素材を自社
で製粉。その品質には定評
があります。



モリーノ・リウニーティ社 ポレンタ・ピアンカ

500g / 560円(参考価格)
イタリア北東部のフリウリ地方
特産の白ポレンタです。黄色い
タイプより繊細な風味で、魚介の
ソースにもよく合います。お粥状
に煮てソースと合わせたり、冷やし
固めてスライスし、グリルにして
ご利用ください。安心のパキュ
ムパック入り。



POLENTA <ポレンタ>

古代ローマ時代、穀物の粉に水を加え、形がなくなるまでとろとろ
に煮込んだ料理を「プルス」と呼んでいました。これがポレンタの原形
だと言われていますが、現在のようにつるこしが使われるようになった
のは、コロンブスのアメリカ大陸発見に伴い、ヨーロッパでもとうもろ
こし栽培が開始されてからのこと。特に小麦の少ない北イタリアで、
パンの代わりとして食されるようになりました。

もともと北イタリア北部の農民達がつくりだした料理であるため、とう
もろこしの粉にお湯を加えて作るというシンプルなものでしたが、現在
では仕上げに牛乳やバター、チーズを加えてよりコクのある味わい
を楽しむ人も多そうです。焼いたり揚げたりしてパン代わりにする場
合は固めに、付け合わせにするときは柔らかく作ります。ベーシックな黄
色いポレンタにはじっくり煮込んだ肉料理を、白いうもろこしの粉を
挽いて作った繊細な味わいの「ポレンタ・ピアンカ」には魚介類を、と
用途に合わせてお楽しみください。

モリーノ・リウニーティ社 ポレンタ・ベルガマスカ

500g / 470円(参考価格)
ベルガモ一帯を中心とした北
イタリアの伝統食であるポレン
タは、とうもろこしを乾燥させて
挽いたもの。じっくり煮込んだポ
レンタを、牛肉やウズラ肉の煮
込みソースに合わせたものは冬
の定番料理です。保存に安心
なパキュムパックを使用。

ポレンタの作り方

ポレンタ粉500gに対して水2リットルを火にかけ、
お好みで塩をし、沸騰したところに粉を少しずつ
ホイッパーで混ぜながら振り入れる。
を弱～中火にかけ、かきまぜながら煮こむ。

煮こむ時間は40分程度が目安ですが、10分
～15分程度でもおいしく召し上がれます。
できたソースをそのまま付け合わせにする他、
冷まして固めたものをグリルするのもおすすめです。
固さや味はお好みで調整してください。



モリーノ・ザノーネ社 ファリーナ・ディ・カスターニャ(栗の粉)

500g / 630円(参考価格)
北～中部イタリアでポピュラーなのが、栗を乾燥させて粉
にしたものをケーキやクレープ、パスタやニョッキに練り込
んだ料理。ペーストやシロップ漬けとは一味違う、ほんのり
甘い栗の味をお楽しみください。

モリーノ・ザノーネ社

ピエモンテ州クーネオ県にある小さなメーカー。
小さめの栗のみを乾燥させ、粉に挽くと10昔な
がらの製法にこだわりを持っています。添加物
を一切使用しない自然食品に仕上げられています。

ファリーナ・ディ・カスターニャで こんな一皿をつくってみませんか

ケーキやクレープなど甘いお菓子にぴったりのファリーナ・ディ・カスターニャ。
実は塩味のお料理にもぴったりなのです。栗の持つふんわりした甘さをいかして、
こんな一皿をつくってみませんか。

栗の粉のクレープ オープン焼き



作り方

ファリーナ・ディ・カスターニャに卵、牛乳を
加えてクレープ生地を作る。
円形にクレープを焼き、中にリコッタチーズ、
ほうれん草のピューレをのせる。
1/4に折って扇形にしてグラタン皿に並べ、
ベシャメルソースをかける。上からパルミ
ジャーノ・レッジャーノを散らして約220℃に温
めたオープンで焦げ目がつくまで焼く。

材料(4人分)

ファリーナ・ディ・カスターニャ	200g
卵	1個
牛乳	100cc
リコッタチーズ	適量
ほうれん草のピューレ	適量
ベシャメルソース	適量
パルミジャーノ・レッジャーノ	適量

Piatto

季節の一品

モンテ物産のシニア ワインアドバイザーが
季節のおすすめ料理と ワインをご紹介します。

Vino

プロが教える季節の一皿

季節の一皿にあわせたいワイン

特別な日に、ちょっと手をかけたこんな一皿はいかが？



スプマンテのリゾット ホロホロ鶏の赤ワイン煮添え

Risotto allo Spumante Secco e Fraona Brasato al Vino Rosso

作り方

ホロホロ鶏を大きめにカットしてソテーする。
ニンジン、セロリ、タマネギを細かいサイの目切りにして鍋で炒める。
に を加えて赤ワインをふり入れて煮詰め、その後トマトを加える。
にブロード(200cc)を加えて煮込む。
煮込みおわりに肉を取り出し、細切りにする。
煮込んだソースをシノワで濾してフォンドボーを加え、カットした肉を鍋に戻し、味をなじませる。
別の鍋にエキストラ・ヴァージン・オリーブオイルを熱し、タマネギとイタリア米を炒める。
にスプマンテを加え、ブロード(300cc)を少しずつ足しながら米に火を通していく。
を火から下ろし、バターとバルミジャーノ・レッジャーノ、塩、コショウで味付けする。
皿にリゾットを盛り、中心に でつくったホロホロ鶏の赤ワイン煮をのせる。
ホロホロ鶏が手に入らない場合は、鶏肉でも代用できます。

完成!



材料(4人分)

イタリア米(イタリアン・リーゾ・カルナローリ)	250g	ブロード	500cc
ホロホロ鶏	1/2羽分	フォンドボー	400cc
ニンジン、セロリ、タマネギ	100g(全部で)	バター	適量
トマト	200g	エキストラ・ヴァージン・オリーブオイル(ペルトーリ)	適量
タマネギ	30g	バルミジャーノ・レッジャーノ	適量
スプマンテ(辛口のもの)	200cc	塩、コショウ	適量
赤ワイン	1リットル		

おもてなしにふさわしい料理に、秋らしい深紅の赤ワインを



FONTANA CANDIDA

フォンタナ・カンディダ社

“クロン”メルロー・サンジョヴェーゼ I.G.T.

750ml / 4,000円(参考価格)

ラツィオ州ローマを代表する名ワイナリー、フォンタナ・カンディダ社がつくる新しいタイプの赤ワインです。“クロン”とは古代ギリシャ語の“KURONOS”(時間)に由来した名。その名の通り、時間をかけて手摘みし、選別を重ねたメルロー種とサンジョヴェーゼ種を絶妙なバランスでブレンドしています。熟したベリー系果実の香りと、まるやかなタンニンを特徴とするエレガントなワインです。



FEVDI DISAN GREGORIO

フェウディ・ディ・サン・グレゴリオ社

“パトリモ”イルピニア・ロッソ I.G.T.

750ml / 15,000円(参考価格)

カンパニア州において長い伝統と近代的な手法を活かして革新的なワインづくりに取り組むフェウディ・ディ・サン・グレゴリオ社の赤ワインです。厳選したメルロー種100%でつくられ、上品で複雑な味わいと長い余韻が楽しめる逸品。2002年度ガンベロロッソのトレ・ビッキエーリ受賞。



こだわりの食事には、絶妙のワインを探す

食とワイン

最近、レストランのランチスタイルに、「ピアット・ウニコ」というメニューを見かけます。「一皿にプリモ(パスタやリゾット)とセコンド(魚や肉)を盛り付けた料理」のことを言い、これに温野菜を添えるなど彩りや栄養のバランスがとれた一皿になりますので、ランチには最適です。今回ご紹介する「ホロホロ鶏のリゾット」は、スプマンテの上品な香りがいきなりリゾットに、ホロホロ鶏を煮込んだソースを添えています。ホロホロ鶏を大きめにカットし、肉料理としてリゾットと一緒に一皿に盛り付けると立派な「ピアット・ウニコ」にもなります。

このお料理には、今回ご紹介する“クロン”のように、酸味がある濃厚な味わいの赤ワインがおすすめです。メルロー種のまるやかで豊かな果実味とサンジョヴェーゼ種の心地よい酸味が調和したエレガントな赤ワインですので、ホロホロ鶏とタンニンのバランスがよく、トマトの酸味がきいたココのあるソースの旨みを引き立ててくれます。また、料理とワインのおいしさを楽しむには、グラス選びも大切なポイントです。グラスによってワインの香りや味わいが違ってきますし、エレガントな雰囲気も演出してくれます。“クロン”のようなタイプのワインは、大きめのグラスに注ぐと香りが充分に引き出されます。もちろんTPOに合わせてワインを楽しむことをぜひ、お忘れなく。

川田 薫子

モンテ物産シニア・ワインアドバイザー。イタリア塾での料理・ワイン教室の企画運営や、オリジナルレシピの編纂などを担当している。女性ならではの細やかな気配り、選択眼に定評がある。





毎回イタリアと日本の掛け橋を担う方々にお話をうかがいます。

今 月 の 人

「日本の中のイタリア」を見守り続けて34年。 ロレート・ルケッティさん

Loreto Lucchetti

モンテ物産東京支店マネージャー。1968年の来日以来、日本におけるイタリア食材、イタリアンレストランを常に第一線で見守ってきた一人。特に在日イタリア人シェフからは絶大な信頼を寄せられている。ローマ生まれ。

タンテリリア編集部(以下T): 来日してどのくらいになりますか。
ルケッティ氏(以下L): もう30年以上です。イタリア食材のセールスに携わってからも15年以上になりますね。

T: 初めて日本に来た時、一番驚いたことは何でしたか?

L: 街がどこにあるのかわからなかったことですね。(T:「街」ですか?)
そう。30年前の東京にはイタリアより低い建物しかなかったんですよ。イタリアにいるときに、「TOKYOはニューヨークと同じくらい大きい街だ」と思っていたので、本当にびっくりしました。今ではビルがいっぱいですけどね(笑)。

T: 日本のイタリア料理はずいぶん変わりましたか?

L: 遥かに知名度がアップしましたね。当時、東京でイタリア料理やピッツァが食べられるお店はほんの3軒だったんです。ところが1980年代に入って“マッシュルーム”が生えるように新しくハイクラスなイタリア料理店が出来た。イタリアブームだったんですね。1995年以降にはもっと気楽に入れるラトルリアも増えて、北イタリアの料理ばかりでなく、やっと南イタリアの料理も食べられるようになりました。今では様々なイタリアンを楽しめるようになりましたね。

T: モンテ物産の商品の中で一番好きな商品はなんですか?

L: (即座に)アントニオ・アマートです。実は私の母が使っていたパスタなんです。「マンマの味」だから昔から食べなれているし、思い出の味がします。もうひとつはイリーです。工場に何度も足を運んだので、品質の高さには脱帽です。

T: 今後輸入したい商品はありますか?

L: うーん。モンテ物産ではほとんど輸入しているからねえ(笑)。でも、そうですね。まぐろのポツタルガがあったらいいですね。スライスしてレモンをかけたアンティパストに最高です。それから「トローネ」。ヌガーに似た北イタリアのお菓子なのですが、アーモンドがたっぷり入っていて、硬いけど柔らかい不思議な食感が特徴です。クリスマスにもぴったりですね。どちらも機会があったらぜひお試しください。

流暢な日本語で時折ユーモアを挟みながら熱心に質問にお答えくださったルケッティさん。最後に、日本とイタリアの似ているところってどこですか、と伺ったら、「素材の味を大切に料理とファミリーの絆かな」とマンマを思い出したように答えてくれました。

グリッシーニ100gパックが 3種そろって新登場

一口サイズで食べやすいグアリーノ社のミニグリッシーニに、新フレーバーが加わりました。イタリアン・ハーブの味わい「ローズマリー」、香ばしい「セサミ」、そして幅広いお客様に人気のある「ピッツァ」の3種類。スナック感覚で召し上がっていただける100g入りパックは、おやつに、おつまみに、ちょっとお腹がすいたときにぴったりのお手軽サイズです。



ミニグリッシーニ・ ローズマリー風味

100g / 150円(参考価格)
意外なおいしさはさわやかなハーブの香りが食欲をそそります。

ミニグリッシーニ・ セサミ風味

100g / 150円(参考価格)
さくさくとした舌触りがくせになりそう。香ばしいゴマのフレーバーです。

ミニグリッシーニ・ ピッツァ風味

100g / 150円(参考価格)
イタリアといえばこれ!トマトとオレガノのイタリアンテイストです。



気軽に味わうイタリアン グリッシーニ

ピエモンテ州トリノ生まれのグリッシーニ。カリカリとした軽い歯ごたえの、塩味がきいたスティック状のパンです。グリッシーニは、1679年、パン職人のアントニオ・ブルネッロがヴィットリオ・アディオ公爵の命によって作った細長いパンがそのはじまりだといわれています。その後、瞬間にイタリア全土に広まり、かのナポレオンが「トリノの小さな棒」といって好んで食したという逸話が残るほど、イタリアでも大変な人気を誇ります。

現在では、セサミやローズマリー、ピッツァ風味など種類も豊富。そのままワインやビールのおつまみに、生ハムやスモークサーモンを巻いたり、ディップを添えてちょっとしたアンティパストに、とあらゆるシーンで大活躍する素朴な味わいの名脇役です。