



Jamón, embutido y queso

生ハム、イベリコ製品、チーズ

Introducción はじめに



©ICEX/LH Photoagency JC de Marcos
©ICEX/Marie Sjoberg



ワインにも食卓にも ぴったり。

スペインの生ハム、チ ーズ

食にこだわるスペインは、味にも品質にもこだわった食材が盛りだくさん。その代表ともいえるのが、日本でも人気のイベリコ豚。古くから牧畜や食肉文化が発達したスペインでは、イベリコ豚をはじめとした豚肉を使った食文化が発達し、「うまさ余さず」食べられます。さらに牛、羊、山羊などさまざまな牧場でとれた生乳から作られる多種多様なチーズも見逃せません。日本でも気軽に手に入るスペインの食材を、この機会に食べ比べてみてはいかがでしょうか。

Curiosidades 豆知識



おいしくなるために、お肉やチーズも一懸命!?

生ハムやソーセージ、またホルのチーズは、冷蔵庫から出してすぐ食べるよりしばらく常温でなじませるのがおすすめ。この間に自ら深い味わいになることを、スペイン語で「汗をかく(Sudor)」と表現します。大事な旨味成分が活性化します。



「イベリコハム」と「プロシュート」の違い

日本の店頭でよく見かけるプロシュートは、イタリア産の生ハムで、豚のもも肉を皮付きのまま塩漬けにして熟成させたもの。スペイン産のイベリコハムは、皮をはいてから塩漬し長期熟成するため、より塩気が強く、コクと言いが深い生ハムになります。



マンチェゴチーズの産地はドン・キホーテの舞台

スペインを代表するチーズ「マンチェゴチーズ」は、羊乳100%で、コクのあるハードチーズ。産地であるスペイン中央部のラ・マンチャ地方は、小説『ドン・キホーテ』の舞台となっています。

En detalle コラム

1日に5回食事をとると言われる"食いしん坊"の国、スペイン。

そんな国がつくる食品は、味はもちろんのこと、品質も一流です。原産地呼称保護(DOP)という制度のもと、生産方法などのさまざまな基準を満たしたおいしい安心な食品だけを認証。イベリコ豚のソーセージといった「イベリコ製品」、チーズ類にももちろん、DOPマークが付いており、スーパーでは、パッケージのそのマークが買い物の目安になっています。

スペインは、生ハムの生産量、消費量ともに世界一位。生産設備や衛生管理には近代的な仕組みを取り入れながらも、昔ながらの製法と職人の技を受け継いでいます。日本への輸出量も多く、生ハムは、日本でもすっかりポピュラーになりました。

最も生産量が多い生ハム「ハモン・セラーノ」は、白豚を原料とし、最低7か月間熟成。しっとりとした歯ごたえとまろやかな塩味が特徴です。「ハモン・イベリコ」は、イベリコ豚の生ハムで、20-24か月にわたり熟成。ブランド和牛のように色が濃く、霜降りが多い贅沢な味わいです。イベリコ豚の生ハムでも、最上級クラスと言われているものが「ハモン・デ・ベジョータ」。ベジョータ(ドングリ)を食べて育った希少なイベリコ豚のお肉を使ったもので、薄切りで味わうと、繊細な香ばしさと深い味わいのハモニーがたまりません。

ほかにも、料理のアレンジにおすすめなのがソーセージ類。スペイン全土で種類豊富な「チョリソ」は、豚肉、豚脂、ピメントン(パブリカ的一种)、ニンニク、塩などの香辛料を詰めたソーセージ。スペイン産には唐辛子が入っておらず、生食、揚げ物、茹で物などおいしく頂けます。生ソーセージの「サルチチョン」はピメントンを使わず、黒コショウやナツメグ、クローブなどを使います。北東部のカタルーニャ地方の味、「フエ」は、豚肉のミンチを塩とコショウなどの香辛料で味付け。細長く、直径4センチより太いことはありません。日本で見かけることも増え、ワインのおつまみにもおすすめです。

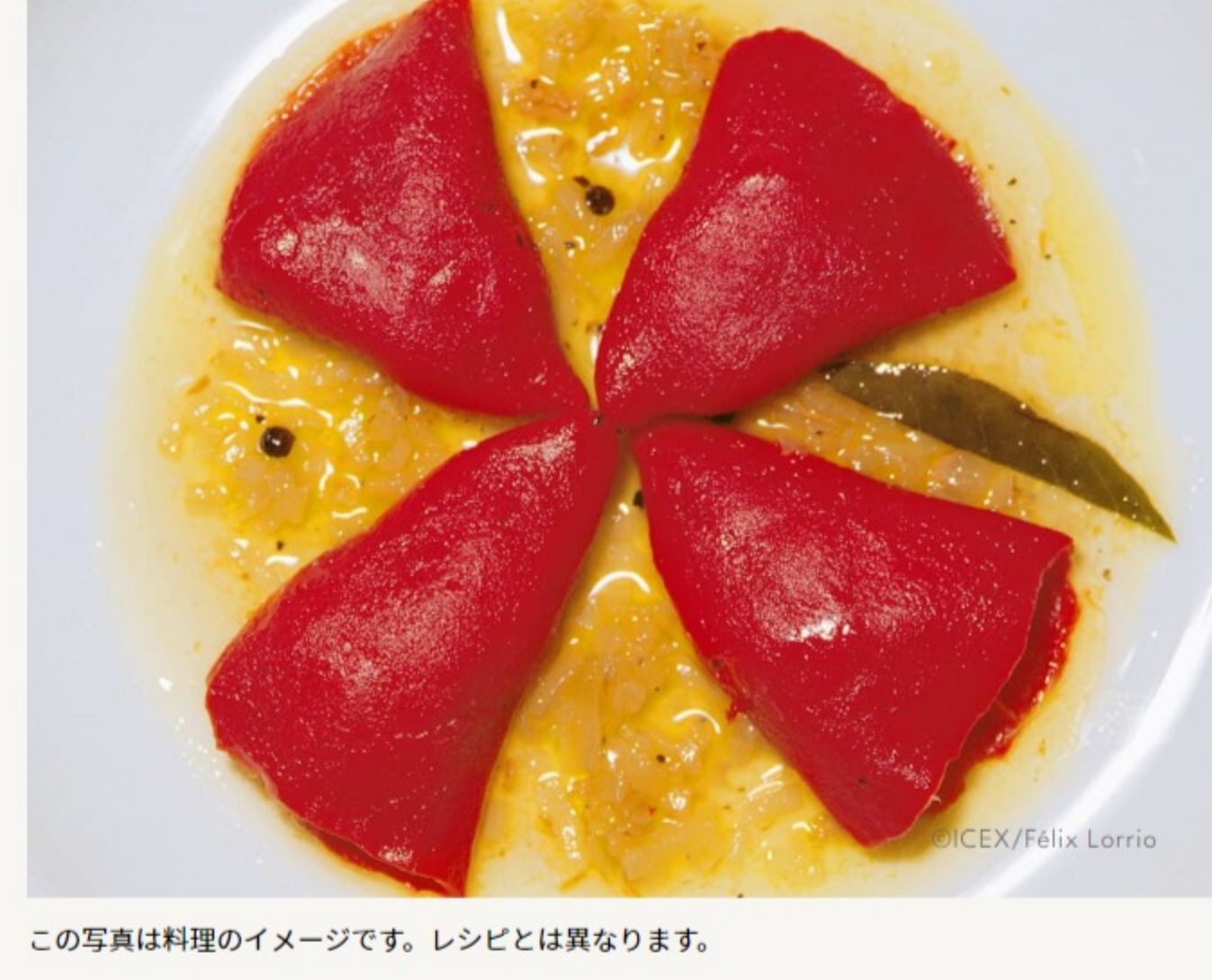
おつまみといえば、これから日本でも人気になりそうなのがスペイン産のチーズ。海洋性気候のスペイン北部では、乳牛の飼育が盛んです。牛乳から作られる個性的な形の「ティエージャ」は日本人の口にも合うミルク味な味わいです。「イディアサバル」は、バスクを代表するチーズでバスクチーズケーキに使用される事もあります。スモーキーな香りと羊の生乳ならではのほどよい酸味が持ち味です。「ブルゴスチーズ」は古くは羊乳から作られ、今は牛乳で作られる事が多い、柔らかく、ミルクを凝縮したような味わいのフレッシュチーズです。中部ではマンチェガ種の羊乳から作られる「マンチェゴチーズ」が有名でスペインを代表するチーズとも言えるでしょう。コク深い味わいが特徴。赤ワインによく合います。

チーズ選びのコツは、熟成期間、最低1週間と熟成期間が短い「ティエルノ」は柔らかさとクリーミーさが残ったタイプ。「セミクラド」は約1か月、「クラド」は約2か月、「ビエホ」は3か月以上熟成のハードチーズで、9か月以上の「アヌエホ」は最も水分が少なく、最も旨みが多いチーズとなっています。チーズ好きなら、ぜひ食べ比べてみたいところです。

おいしさあふれたスペインの生ハム、イベリコ製品、チーズは、食べることへの喜びを思い出させるよう。日本のスーパーや海外輸入品店でも手に入るようになってきたスペイン産の食材を通して、日本にも劣らないスペインの"食いしん坊"ぶりを、ぜひ感じてみてください。

Recetas レシピ

ワインにぴったり 「マンチェゴチーズを詰めたピーマン」



この写真は料理のイメージです。レシピとは異なります。

材料 (4人分)
マンチェゴチーズ 150グラム
ピキリービマン※ 1缶
小麦粉 100グラム
牛乳 330ml
エキストラバージンオリーブオイル 適量
サフラン 1グラム
塩コショウ 適量

作り方
① マンチェゴチーズをグラターで削ります。
② フライパンにオリーブオイル、小麦粉を入れて火にかけ、ダマにならないように泡立て器で混ぜます。
③ ②に牛乳を少しずつ入れて、もったりするまで混ぜたら、サフラン、塩コショウを入れて混ぜ、火から下ろします。
④ ピキリービマンの中に、マンチェゴチーズを入れます。
⑤ ④に③のソースをかけ、飾り用のマンチェゴチーズを乗せたら、200度のオープンで1分間加熱します。

※ピキリービマンが手に入らない場合は、オープンで数分加熱したパブリカに入れ替えても問題ではありません。

イベリコハムを存分に味わう 「生ハム入りパンコントマテ」



この写真は料理のイメージです。レシピとは異なります。

材料
スライスしたバゲット 2-3スライス
んにく 1片(お好みで)
完熟トマト 1個
イベリコハム 50グラム
エキストラバージンオリーブオイル 適量
塩 少々

作り方
① スライスしたバゲットをトースターで焼きます。
② トマトは上部だけ切り取り、①に塗り込みます。お好みで一緒に軽くんにくを塗り込むと風味が増します。
③ ②に、エキストラバージンオリーブオイル、少量の塩をふりかけ、その上にイベリコハムを乗せます。

「メロンとハモン(生ハム)」



この写真は料理のイメージです。レシピとは異なります。

材料
メロン 一切れ
ハモン・イベリコ(生ハム) 適量

作り方
① メロンの皮と身の間に包丁を入れて、そくように切り、一口大に切り分けます。
② メロンの幅に合わせて生ハムを切り、メロンの上に乗せます。生ハムをメロンの上にさせる事が一般的ですが、盛り付け方は自由にお楽しみください。

Contenidos コンテンツ



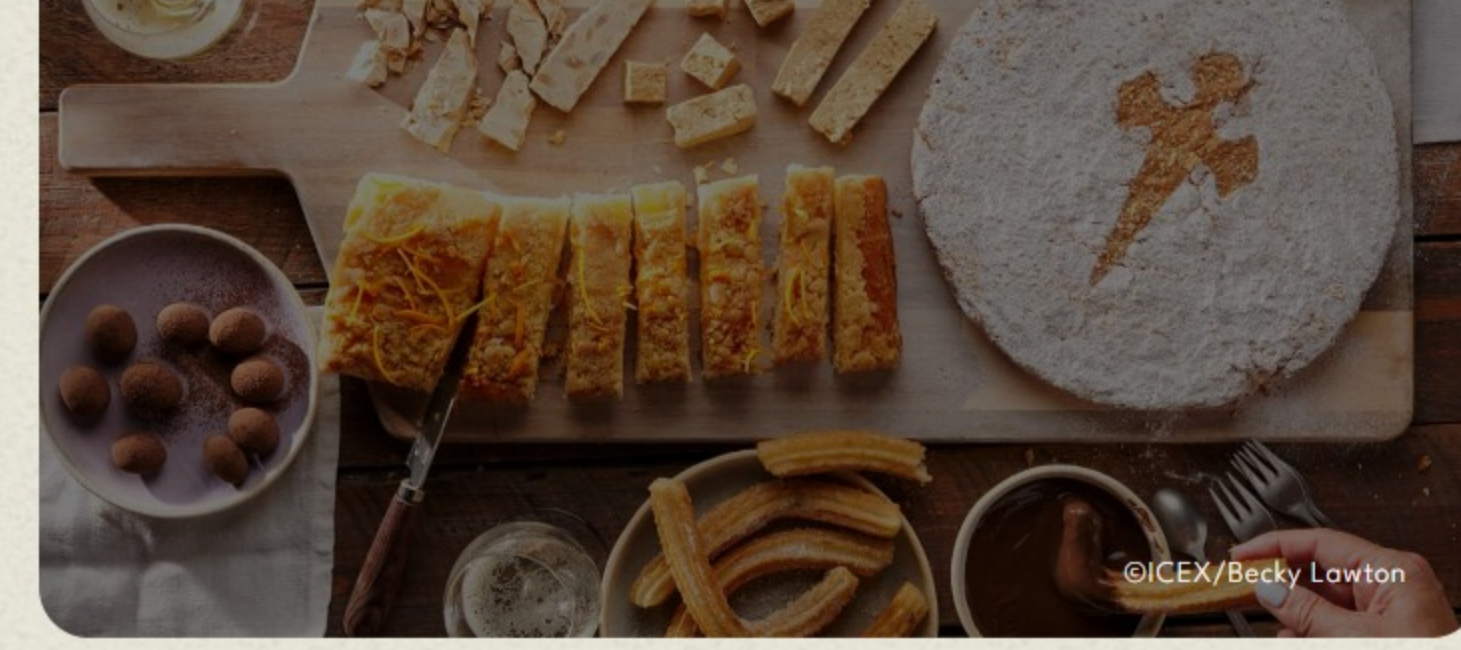
オリーブオイル



シードルとカヴァ (カバ) ※近日公開



野菜と魚の缶詰 ※近日公開



伝統菓子「トゥロン」などのスパニッシュ・スイーツ ※近日公開

