

AUTHENTIC WORLD OF SPANISH CUISINE

2022.10.31 Authentic World of Spanish Cuisine

楽しいスペイン料理のススメ。スペイン貿易投資庁が紹介する、スペインの食文化と東京レストランガイド

大人数でワイワイと食卓を囲むスペイン料理の楽しみ方から、東京で堪能できる本格スペイン料理店まで、スペインの食文化を紹介！

Translation | Yoko Kono Web Direction | Fumaki Horikawa @ GQ



スペインの年中行事には、家族で食卓を囲んで祝うものもいくつかある。その理由はさまざま。クリスマスや新年のほかに、記念日や誕生日、自分と同じ名前の聖人を祝う日などに、家族が集まって食事をともにする。

このような家族の集まりと切っても切れない関係にあるのが、昔から伝わるレシピや食材だ。煮込み料理や海鮮料理、お菓子などが、1年のさまざまな行事を彩っている。

じつは、ここ数十年でスペイン料理は大きく進化していることをご存知だろうか。古典的なレシピのいくつかはアレンジされて、現代人の好みに合わせてあっさりとした味付けになったり、新しい食材を取り入れたりするようになってきたのだ。前菜や気軽な軽食といったレベルで伝統的な料理を味わう機会も増えている。しかし、スペイン料理の真髄は今も変わっていない。そして、世界のどこであろうとスペイン料理だとすぐに見分けがつく。



家族での祝い事の席につきまもののが、特別な料理。そのレシピは祖から子へ伝えられてきた。味わい豊かなスープ、レンズ豆の料理、自家製のハモンイベリコ・コロッケなど、子どもの頃から家族で食べていた味が、スペイン人には必ずと言っていいほどある。スペインで家族がそろって食事ばかりと時間をかけるのが特徴で、食前酒に始まり、前菜、たっぷりとしたメインディッシュ、そして果物やお菓子といったデザートで締めくくる。クリルした肉や丸ごとローストした魚、バリエアのような米料理、野菜の煮込み、マグロやカツオを煮込んだ「マルミス・タコ」などが家庭料理の定番だ。どれも大量でテーブルへ出して、みんなで取り分けて食べる。

スペインでは、食そのものが話題の中心だ。食べたことのある料理の味を思い出して話したり、レシピを交換しあったり、レストランでの経験を話したりする。子どもも大人も集まってみんなで食事をすることも多く、にぎやかで楽しいものとなる。スペイン語には「ソプレマサ」という言葉がある。相談するのが楽しい表現なのだが、これは食事が終わったあとにも食卓に残って楽しむ、おしゃべりの時間のこと。家族の集まりであれば、ソプレマサはコーヒーやエリャー酒などの食後酒を片手に数時間続くこともある。



スペイン各地の料理



ポテトオムレツやコロッケといった料理はスペイン全土で目にするのができるが、スペイン料理は、それぞれが大きく異なる、さまざまな地域の食文化の総体としてとらえるのがふさわしい。スペインは地方によって気候に大きな違いがあり、育てる作物や家畜、食習慣にも違いがある。家族が集まって祝う行事すら、地方によって多少異なっている。

南部では、サントラルと呼ばれる行事が盛んだ。サントラルとは、家族それぞれの名前と同じ聖人を祝う日のこと。また、ガリシア州やアストリアス州、レオンといった町では、カーニバルの時に家族が集まって「フィジョ」を食べる。フィジョとは、小麦粉と牛乳を材料にしてフライパンで焼いた薄いパンケーキのことだ。カタルーニャ州で家族ぐるみの行事と言えば、12月の聖エステバンの日がある。エスクアデージャと呼ばれるスープと、ひき肉をバスタで巻いたカネロニという料理が食卓に上る。

幼い子どものいる家庭では、1月6日の三賢者の日を祝う。子どもたちはプレゼントをもらい、みんなそろって「ロソコン・デ・レジェス」を食べる。これはきれいな夏草の葉をさんだりんぐ状のパン菓子で、砂糖漬けのフルーツと王冠で飾りつけたもの。日本のこのもじの日と似た行事と言えるだろう。

スペイン人が家族で食卓を囲むときには、米料理を楽しむことも多い。バレンシア名物の「エリア」はスペイン料理の代表的存在だ。日本のスペイン料理店のメニューでも目にするのができる。たとえば、銀座の「アロセリ・セ・ニョレ」では、バレンシア風の「エリア」のほか、イカスミで黒くした米料理、そして「アロセリ・セ・ニョレ」という殻や皮を外した魚介類を具とした米料理を食べることができる。ラ・バハスは「CEX（スペイン貿易投資庁）」による「Restaurants from Spain」プログラムにも認定されている。河田町の「小笠原直樹」で食べることができる「アロセリ・セ・ニョレ」は、日本の食材を受け取った上質なスペイン料理を出すことによって、「Restaurants from Spain」プログラムの認定を受け、またミシュランの星も獲得している。

スペインと日本の魚の消費量はともに世界でもトップクラスだが、スペインで魚が主役となるお祭りと言えば、6月のサン・ファンの日がある。これはだいたい夏至の頃で、家族でビーチに出かけて、焚き火でイワシを焼いて食べるのが習慣だ。魚の大切さに感謝する点で、日本の海の日と似ているとは言えないだろうか。

ともに先祖に感謝する行事



11月1日前後、スペインでは、人の心も食材も「秋」たけなわといった時期に、家族が集まって先祖の思い出を語りあふれる習慣がある。これは諸聖人の日と似ている。日本のお盆に似ているところがある。人々の敬意があふれる賑やかな祭りの日には、履物でクルミやサツマイモを焼いたり、アーモンドを使った伝統的なお菓子である「ウエス・デ・サント」や「バジレット」を作ったりする。スペインの森では、秋はキノコの季節。無類のキノコ好きや食いついん坊が特に待ったキノコが生えてくる。家族みんなで森にキノコ狩りに出かけ、採ったキノコを夕食に食べるのが習慣だ。なかでも天然きのこは、香りもよく珍重されている。東京でも、ICEXが認定したレストランのひとつ、六本木の「ピエニ」では、イベリコ豚・ジョウロースのアサド、天然きのこアンティジャード・ソースという料理で天然キノコを味わうことができる。

鐘の音と、幸運を呼びこむ習慣



スペインでは年末にも、新しい年の健康と幸運を祈って家族で楽しく食卓を囲む。大晦日のメニューは、家族がそろって待ちながら、ハモンイベリコ、チーズ、アーモンド、オリーブといった前菜をつまむところから始まる。メインは肉や魚のグリルなど。そして、シーフードによく合うカワアのようなスパークリングワインで乾杯する。新年に向けて幸運を呼びこむ食べ物があるのは、日本もスペインも同じだ。日本では除夜の鐘が鳴るのを聞きながら蕎麦を食べ、長寿を願う。スペインでも、マドリドの「エル・タ・デル・ソル」にある時計台が鳴らす鐘の音に合わせて、幸運を呼ぶ312粒のブドウを食べる習慣がある。

「Restaurants from Spain」プログラムの認定を受けたレストランについては、こちらのリストをご覧ください

お問い合わせ
Foods and Wines from Spain
<https://www.foodswinesfromspain.com/en/index>

Share on: [f](#) [t](#) [p](#) [e](#)