



私たちの年越しそば

イタリアンな変わり蕎麦 ~ 蕎麦マルゲリータ

蕎麦とパスタのボーダレスな関係性に言及しつつ、江戸中期に生まれた変わり蕎麦を新素材で挑戦。

宮本 学(江戸ソバリエ 7 期) 山崎祥平(江戸ソバリエ 9 期)

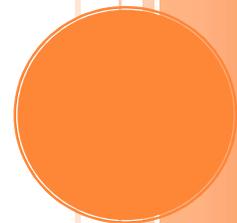
満木葉子(日本茶アンバサダー協会代表理事、(株)ねこぱんち代表)

協力: おっとちグリーンステーション(宮城県・農業法人)

提供: nonaco(野菜パウダー・のなこ)

協力: Soba Ristorante na-ru(ソバリストランテナール)

2017/01/11



私たちの年越しそば

イタリアンな変わり蕎麦 ～ 蕎麦マルゲリータ

1. イタリアンパスタと蕎麦

穀物のおもな食べ方に、粉食と粒食がある。製粉という工程を経て食用に用いられる粉食の代表は、ムギ類。収穫された穀物の種子のまま食される粒食の代表は、コメ。コムギは、紀元前 7000 年前にメソポタミアという西アジアの肥沃な半月地帯で栽培化されたと考えられている。一方、稲作は紀元前 4000 年頃のアッサム・雲南地方が起源地と考えられる。この地帯から発生した文化は、東亜半月弧(照葉樹林文化の中心地帯)に広がりその圏内に属する我が国の食文化等も大きな影響を受けた。

西アジアの肥沃な半月地帯から生じた「西の草原の文化」と東アジアで発生した「東の森の文化」は、『シルクロード』を通してお互いに関係性を持った。照葉樹林文化の成果物である粒食の「コメ」もイスラム文化圏を経て北アフリカやスペインに到達。粉食の「蕎麦」もスロヴェニア、北イタリア、南フランス等の西方に伝播された。

特にイタリアのロンバルディア州ヴァルテッリーナ地区の郷土料理の「ピッツォッケリ」はまさに二八の蕎麦パスタである。この地区は高度が高く寒冷地で小麦の生産に不適という事情があった。この写真は、北イタリアのロンバルディア州都ミラノ市内のレストランで偶然に見つけたピッツォッケリである。



ピッツォッケリは、日本のそば切りに当たるが、その他に持蕎麦がきに相当する「ポレンタ」や蕎麦粉のチーズインのフリッター「シャット」もある。

イタリアで麺帯のパスタがいつから普及し始めたのかははっきりしないが、12世紀にシチリア島で作られていた「イットリーヤ」というのが乾燥

パスタの起源ではないかと考えられている。ジェノヴァの商人は、シチリア島内の乾燥パスタを大量に輸入して地中海内外に輸出していた。やがて、16世紀になってパスタはトマトと出会う。新大陸から持ち込まれたトマトは、最初の内は敬遠されたが、ナポリでトマトソースが開発されると一気に大ブレイク。「ナポリタン」という料理は、フランス料理にも多大な影響を与えた。

「ジェノベーゼソースパスタ」という料理がある。ナポリ生まれのイタリアを代表する料理。日本人の多くが思っているジェノベーゼは、正式名は「ペースト・ジェノベーゼパスタ」でジェノヴァ生まれの緑色のバジルソース。ジェノベーゼソースパスタは、牛肉と

私たちの年越しそば

イタリアンな変わり蕎麦 ～ 蕎麦マルゲリータ

トマトの煮込みソースで茶色。一般のイタリア人は、ジェノベーゼと言えば茶色のソースを思い浮かべる。日本人の好きなボロネーゼは、ジェノベーゼの牛肉を挽き肉に置き換えたものと理解したらいい。

2. 変わり蕎麦

蕎麦粉に種々の混ぜ物をして蕎麦に仕立てるのを「変わり蕎麦」と言う。江戸中期頃から白い更科粉が精製されるようになってから盛んに作られるようになった。並粉に比べて発色が綺麗で、特に色に重点を置く変わり蕎麦の「色物」作成に使用する。蕎麦全書に三色蕎麦の表記があるが具体的な材料については不明。代表的な色物は、茶そばの緑。海老切りの赤。卵切りの黄。胡麻の黒などがある。

江戸蕎麦の完成型とも言える「変わり蕎麦」であるが、これを提供する蕎麦屋は決して多くない。主な理由は二つ。一つは、更科蕎麦は蕎麦の実の中心部近くの更科粉で打つ。この部分は、石臼で挽いた時に一番最初に出て来る一番粉という真っ白い粉。色物には最適で材料に染まり易いが蕎麦としてつながり難い。打つのが大変難しい。二つ目の理由は、染める具材の準備に手間とコストが掛かることである。紫蘇(バジル)切りは、蕎麦粉1kgに対して紫蘇の葉50枚を用意。予め紫蘇の葉をミキサー等で攪拌しペースト状にした後蕎麦粉に混ぜ込む必要がある。発色調整も素材の状況によって不安定。

3. 新技術登場



色物の準備に手間のかかる変わり蕎麦だが、宮城県の農業法人が野菜を低温で特殊加工(特許出願中)し抗酸化力を有し野菜の発色が高く、野菜本来の香りと栄養価を長期間維持する「野菜パウダー」を開発。この野菜パウダーを使用することで品質と安全性の高い変わり蕎麦を打つことが可能となる。



4. マルゲリータ (Margherita)

毎年11月20日は「ピッツァの日」。マルゲリータ誕生の由来となった19世紀のイタリア国王ウンベルト1世の王妃マルゲリータ・マリア・テレーザ・ジョヴァンナ・ディ・サヴォイアの誕生日に因んでいる。

マルゲリータ誕生の地「ナポリ」にピッツァらしきものが誕生したのは、1660年頃。「フォカッチャ」の生地をラード、バジリコ、チーズを塗って焼かれた「マストゥニコラ」が元祖ピッツァ。1750年に「マリナーラソース」が登場。

私たちの年越しそば

イタリアンな変わり蕎麦 ～ 蕎麦マルゲリータ

生地にトマトソースのマリナーラを振ったハーブとニンニクだけのシンプルなのがピッツァ・マリナーラ。このピッツァがトマトを使った世界最初のピッツァだ。「マルゲリータ」の誕生は、1889年。イタリアの統一を果たした王妃マルゲリータのナポリ訪問を歓迎して、ピッツァ職人・ラファエレ・エスポジトが王妃に献上した。トマトの赤、モッツァレラチーズの白、バジリコの緑がイタリアの国旗をイメージさせる。イタリア人が最も大好きなピッツァ。このマルゲリータ発祥のお店「ブランディ」は、今でも存在する。



5. 蕎麦マルゲリータ

ピッツァ・マルゲリータを変わり蕎麦の色物で作ったらどうか……。これが「私たちの年越しそば」である。

色々と実験した結果、イタリア国旗の緑は「バジル」。白は「更科」。赤は「赤ピーマン」の野菜パウダーが一番発色も味も良いことが分かった。野菜パウ

ダーの含有量は、更科そば 100g に対して 3g 強。これで十分。

6. 蕎麦マルゲリータの食べ方

- ① 先ずはオリーブオイルと塩を絡めて



バジルと赤ピーマンの野菜パウダーで打った変わり蕎麦。バジル蕎麦は、限りなく「ジェノベーゼ」である。赤の発色は、トマトパウダーも試したかったが季節的に準備が出来なかった。しかし、赤ピーマンもコロンブスによって新大陸からヨーロッパに渡って来た唐辛子の一種。イタリアンな蕎麦の素材としては資格十分だと言える。オリーブオイルと塩を絡めただけの蕎麦はシンプルだけど旨い。

- ② 次にチーズを絡めて



よりピッツァ・マルゲリータの感じに近づけるために、「パルミジャーノレッジャーノ」チーズをすりおろしてトッピングした。このおろしチーズと蕎麦を絡めて食べる。限りなく気分はイタリアン！！

ボーン buono!

私たちの年越しそば

イタリアンな変わり蕎麦 ～ 蕎麦マルゲリータ

③ 最後に熱々のそば汁をぶっかけて



オリーブオイルと粉チーズ、それにかきそばの熱々そばつゆが三位一体。

マンマ・ミーア

Mamma Mia??

名古屋の「ひつまぶし」と同じように、一枚で三度美味しい蕎麦マルゲリータだ。

7. ペアリングの日本茶を添えて



この濃厚な蕎麦マルゲリータのペアに一般社団法人日本茶アンバサダー協会の代表理事・満木葉子が特別にブレンドした日本茶を添えた。因みに緑茶も紅茶も蕎麦同様に照葉樹林文化の成果物である。

東京東大和市狭山の杉本園製茶が製造した「ほうじ茶」に口中を爽やかにすすぐよう「レモングラス」のハーブを少量加えた。

8. 最後に

蕎麦は決して日本だけのものではない。アッサム・雲南地方から旅立った蕎麦は、極東の日本に到達。西は、イタリアやフランスまで行きついた。日本に辿り着いた蕎麦は和食という日本固有の食文化と相俟って他国にはない特別の存在になった。年越しそばという素晴らしい日本文化を生み出した。
(了)