

Vol.1

日本の素材でスペイン料理
**オリーブオイル
1本あれば！**

Salsa Romesco
ロメスコ・ソース



あなたが、外国で暮らしていたら。そして日本食を食べたいけれど、日本の食材を売っていない、あるいは売っていても高価で買いたくない。そんな時、醤油が1本あったら、なんとか日本風のものを作って食べるのではないのでしょうか？

醤油1本あれば、日本風の味の料理が作れる。それはあなたが生まれてからずっと日本の料理を食べてきて、味をよく知っているからです。同じようにスペインの人が日本で暮らしていたら、材料がすべて揃わなくても、スペインの味が作れるはず。その時、醤油に代わる味の決め手になるのが、オリーブオイルなのです。

オリーブオイル1本だけ用意して、あとは日本で手軽に手に入る材料でスペインらしい味を楽しむ。しかも、できるだけ簡単に。そんなシリーズの始まりです！

スペイン料理の味付けは、ピメントン（調味料のパプリカ）に始まりピメントンに終わります。だから、料理が赤い。日本の家庭のお惣菜やお弁当を「茶色い」と表現することがありますが、スペインのお惣菜は「赤い」のです。

しかも粉末のピメントンだけでなく、ピメント・セコ（乾燥させた赤ピーマン）もよく使います。スペインの地方に行くときよく見かける、軒先に藁でつないだ赤ピーマンが干してある光景。あれはその乾燥赤ピーマンを作っているのです。バスクではピメント・チョリセーロ。カタルーニャではニョーラスという品種を使います。

カタルーニャ地方の万能ソース「ロメスコ」も、実はニョーラスが大切な味のポイント。でもニョーラスは日本で入手できないので、それがなくても美味しくできるロメスコをご紹介します。

近くのスーパーで入手できる素材だけで、美味しいロメスコのできあがり。炭火で焼いたネギに添えるのが有名ですが、それ以外の野菜を焼いたものにもぴったり。魚介類も焼いた肉も、これだけでカタルーニャの味に……本当に万能ソースです。

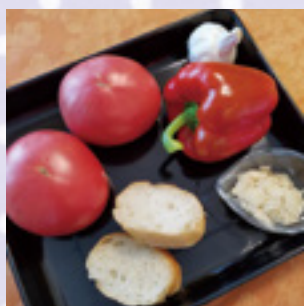
あ、にんにくを丸ごと調理するので、びっくりにしないでください。これは1個丸ごと、1片の間違いではありません。

では、早速作ってみてください。美味しく作れたというご報告を、待ってます！

レシピ

Salsa Romesco ロメスコ・ソース

○材料



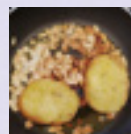
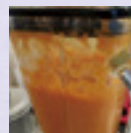
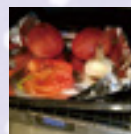
完熟トマト	大2個
にんにく	丸ごと1個
赤ピーマン(パプリカ)	1個
アーモンド (スライスでもホールでも)	80g
バゲットパン	1~2枚
オリーブオイル	1カップ
ビネガー	1/4カップ
粉末パプリカ	大さじ3
たかのつめ	1本
塩	適量

○作り方

- 1 トマト、にんにく、赤ピーマンを、ホイルに載せて、オーブントースターで焦げるまで焼く。
- 2 焼き上がった野菜の皮を剥き、ミキサーに入れる。
- 3 アーモンドとパンは、フライパンで、やや高温のオイルで揚げる。
- 4 すべての材料をミキサーにかけて、滑らかにする。
塩味を調整して仕上げる。

野菜、魚介類、肉などに添えて出す。

＊冷蔵庫で密閉容器に入れて1週間程度保存できます。



渡辺万里
Mari Watanabe

大学時代にスペインと出会い、その後スペインで食文化の研究に取り組む。1989年、東京に『スペイン料理文化アカデミー』を開設しスペイン料理、スペインワインなどを指導すると同時に、テレビ出演、講演、雑誌への執筆などを通して、スペイン食文化を日本に紹介してきた。「エル・プジ」のフェランを筆頭に、スペインのトップクラスのシェフたちとのつきあいも長い。著書は『エル・プジ究極のレシピ集』(日本文芸社)、『修道院のうずら料理』(現代書館)、『スペインの壺から・改訂版』(現代書館)など。
academia-spain.com