



アンダルシア 美食

Turismo Gastronómico / 観光用調剤



アンダルシア



各県別 特色

アンダルシアはスペインガストロノミー界の一大大陸。アンダルシアの8県が誇る多様で独自性に富んだ料理はそうありません。

アルメリア県の料理は想像力・独自性・バリエーションに富み、オリジナリティにあふれています。長い年月の間隔離されていたことが、当地の料理に多大な独自性を与えました。当地の料理の基本はアル＝アンダルス料理です。また、その料理はビーマン、パプリカ（実際、パプリカスープやajo coloraoのような最も典型的な料理に使われています）、知名度の高いla Cañada産トマトといった畑で採れるものと海の幸を融合させているため、とてもヘルシーです。海の幸で育った家畜類、シカ、イノシシ、豚の肉を見事に融合する術を心得ていました。この融合は、この県が誇るハーブと必要不可欠なオリーブオイルを以て完成します。上質なこれらの産物を使ってPipirranaのようなサラダ、ガスパチョ、オリーブ漬け保存食、ポタヘ（Potaje）、有名なAndrajoのような豆類と小麦粉で作ったバスタのコシードを作ります。内陸に位置するハエン県料理の食材として使われる魚は、エスカベツシ、塩漬けなどで、タラの塩漬けはその代表的な例です。デザートには、カステーリョ・デ・ロクンなどのさらんぼからアルカウデの桃にいたるまで、この県で栽培されている飛切りのフルーツに敵うものではありません。

カディス県の料理は海、山の組み合わせ。当地の料理はカディスの地と同じように豊かでバリエーションに富んでいます。伝統の全風味が出る料理が作れるよう、最高品質の食材を生み出しています。カディス県は、アーティチョーク、ベルサ（キャベツの一種）、有名なアルカラ・デル・バジェのアスバラガス、Los Alcornocales自然公園のキノコ類を使った料理が一般的です。カディス県の野菜畑からガスパチョとpirinacasが生まれ、一方、沿岸地域の主役はurta、舌平目、アルマドラバ漁でとれたマグロといった魚とlangostino de Sanlúcarなどの魚介類、これらの料理法は通常、鉄板焼き、漁師風煮込み、“encebollao”、もしくは“pescaito frito”に

使われます。山沿いの地域では上質なバージンオリーブオイルを産出する他、carnes de retintoと伝統的なマタンサの腸詰め（付け合せにビツリャの手作りチーズがよく知られています）、その他、忘れてはならないのはマロコ・デ・ヘレス地方の、シェリー、Sanlúcar産マンサニエーラといったワイン。

コルドバ県は土地自体が食糧庫といってもいいほど多彩で高品質な素材に恵まれているため、その料理は幅広く、趣深いのが特徴です。この地方の山岳地帯は、ハモン・デ・ロス・ベドロチェス、となる塩上のイペリコ豚、ハチミツ、栗、天然アスバラガス、クロ・ジビエが特産。オリーブオイル、ワイン、モンティエーリャ・モリスビネガーの他、バルマルのオレジン、フエンテ・ヘニルのかりんの実、アルモドバルの桃といったフルーツはラカンビニーヤとGuadalquivir川周辺の沃地の特産。ルテのアニス酒とスイーツmanteado、スエロスのチーズ、カニエテ・デ・ラス・トレスのひよこ豆、モンタルボのんにくも忘れてはなりません。また、コルドバのポビュラーな料理の代表はSalmorejo、コルドバ風 Flamenquín、Alcachofas a la montillanaです。

タパスめぐり

1年を通じて気候が良いこととアンダルシア人のオープンな性格が相まって、アンダルシアの伝統とも言えるようになった食習慣はタパスです。タパスはいわゆる小皿料理で、通常ビールや地元のワインを片手にアンダルシアの典型的な数々の料理を少量ずつ満喫することができます。アンダルシアのバル、タベルナ、レストランのタパスには、伝統的なテーブルオリーブ、バルティエーリャ、Ensaladilla、生ハム、チーズ、Caracolesの他、高級料理に出てくるオシャレな料理のミニサイズに至るまで、数えきれないほどのバリエーションがあります。アンダルシアでは、アルメリア県、グラナダ県、ハエン県のように、飲み物を頼むとタパスが無料でついてくる地方もあります。



グラナダ県のバリエーションに富んだガストロノミーのルーツは、長年にわたる文化背景、特徴的な地形、そして気候。ペガでは知名度の高いHuétor Tajar産アスバラガスなどの各種野菜が栽培される一方、内陸部では、絶品の Cordero segureño など、寒さに打ち勝つための肉をメインにした濃厚な煮込みが食べられます。アルハラは豚肉を使った濃味が多く（Jamón de Trevelezはそのスター的存在）、新鮮な魚やチェリモヤに代表されるようなトロピカルフルーツを使う熱帯海岸（Costa Tropical）の料理と対照的です。Habas con jamón、Papas a lo pobre、またはPlato alpujarreñoといったこの地の代表的な料理は、この県で生産される上質なオイルで和えて、食します。高級なCaviar ecológico de Riofriolは、他では見ることができない注目の製品。また、スイーツのカテゴリーで最も目を引くのは上質なグラナダ産ハチミツを使った修道院のスイーツ。

多様性がウエルバ県の料理の特徴。海と山が見事に調和し、さらには隣のエストレマドゥーラ州、さらには隣国ポルトガルの伝統的調理法も取り入れています。山岳地帯ではイペリコ豚産業が傑出、ハモン・デ・ウエルバはまさにそのスターの製品です。このごちそうの他、あらゆる種類の腸詰め、ジビエを含めた旨み深い鮮肉、ヤギのチーズ、濃厚なAracena山脈のキノコ類も自慢です。これらの料理のお供はもちろんCondado de Huelvaのワイン。絶品です。海は当県が持つもうひとつの食糧糧庫。ウエルバの白エビ、またはポビュラーなコウイカ（choco）といった名高い魚介類は食卓に欠かせません。また、デザートはもちろん地元産の美味しいうイチゴ。

ハエン県のガストロノミーは、ローマ時代から受け継いだもの（ブドウの木、穀物、オリーブの木）とアル＝アンダルス時代から受け継いだ製菓の特徴に、隣接するラマンチャ地方とグラナダ県から受けた食の影響を組み合わせたもの。さらにランドゥハルのナスといった畑の作物、山岳地帯で育った家畜類、シカ、イノシシ、豚の肉を見事に融合する術を心得ていました。この融合は、この県が誇るハーブと必要不可欠なオリーブオイルを以て完成します。上質なこれらの産物を使ってPipirranaのようなサラダ、ガスパチョ、オリーブ漬け保存食、ポタヘ（Potaje）、有名なAndrajoのような豆類と小麦粉で作ったバスタのコシードを作ります。内陸に位置するハエン県料理の食材として使われる魚は、エスカベツシ、塩漬けなどで、タラの塩漬けはその代表的な例です。デザートには、カステーリョ・デ・ロクンなどのさらんぼからアルカウデの桃にいたるまで、この県で栽培されている飛切りのフルーツに敵うものではありません。

マラガ県の料理の特徴は、シンプルな素材、料理の多さ・豊富さ、そして特徴的な味付けです。ガストロノミーにおける伝統と現代性がタッグを組みました。料理の主役である野菜、肉、魚、豆類、フルーツといった海と山の幸が見事に

融合されています。ガスパチョ、サラダ、アホ・ブランコ（アーモンドとマスカットを使ったガスパチョのマラガバージョン）、小魚のライ、有名な Espeto（イワシの串刺しを砂に刺して炭火で焼いたもの）、Fideos a la malagueña、またはPorra antequerana、これらは有名なマラガを代表する料理のほんの一例。さらに、マラガワインとSierras de Málagaワインも非常に有名です。

セビーリャ県が誇るガストロノミーの豊かさ・多彩さのルーツは、アンダルシア伝統料理と現代的な地中海料理の見事な組み合わせにあります。いわゆる地中海料理ベースは最高品質のオリーブオイル、エル・アルハラフェとレブリハの地域で作られるようなムストとワイン、バリエーションに富んだ新鮮なフルーツ・野菜（その代表的な例は、ロス・バラシオス産トマト）、湿地帯で栽培される米、豆類、クロ・ジビエとフィ・ジビエ、シエンラ ノルテの生ハム・腸詰め、セビーリャ県の料理は幅広く、想像力豊か。Huevos a la flamenca、Soldaditos de pavia、Menudo、牛乳での煮込み、Arroz con patoなど、絶品に溢れています。スイーツはエステラのManteadoとボルロロン、カスティジェナ・デ・ラ・クエスタのTorta de aceiteなどバリエーションに富み、どれもカサリャのアニス酒によく合います。

アンダルシアは多様性のある、そして共存の地。ここは、地中海と大西洋が交わる場所。8県のガストロノミーはまさに習慣、風景、香り、風味でシースニングされた文化の融合の成果であると言えます。国際的に著名なアンダルシア人シェフの手により、伝統が現代性や革新と見事に溶け合います。彼らは他に類を見ない原産地呼称の地の食材を創作料理に活用するアンダルシア料理のベストアンバサダーです。

歴史を “ひとかじり”

約7世紀にアンダルシアの地にたどり着いたフェニキア人が初めて塩漬け技術を導入し、この地に重要な水産業を築きました。その後、オリーブとオリーブオイルを持ちこんだギリシャ人がスペイン南部のガストロノミーに味わいを与え、続くローマ人が高価なマグロ、アルマドラバ漁によるマグロの捕獲といった沿岸地域での水産物・産業の発展に尽力しました。タリファのBolonia海岸のすぐ隣には重要なローマ都市Baelo Claudia遺跡があります。これは漁業およびガラムと呼ばれる、当時貴重されていた魚醤の加工が経済活動のベースでした。ローマ料理にチーズ、野菜、フルーツ、パン、魚はなくてはならないものでした。そして食事のお供は大量のワイン。

とはいえ、アンダルシアのガストロノミーの直接のルーツはアル＝アンダルス料理であると言っても過言ではないでしょう。野菜、フルーツが好きで、肉料理、野菜料理の煮物にドライフルーツを使うこと、甘味と酸味のミックス、そして特徴的なスイーツ、どれもアル＝アンダルスを継承したものです。それらをキリスト教徒は見事に受け入れ、さらに、肉は豚肉を導入しました。アメリカ大陸発見に伴い、アンダルシアの料理はさらに発展。伝統的な料理にとらわれず、ジャガイモ、ビーマン、トマト、インゲンマメ、また、ハイナツプル、チェリモヤ、アボカド、パパイヤ、マンゴといったエキゾチックなフルーツなど、新しい味・産物を取り入れられるようになりました。

異なるガストロノミーが時代を超えて共存して混ざり合い、適応し、今日アンダルシア料理と呼ばれる独特な伝統料理が完成したのです。21世紀に入り、スペイン料理は世界の料理界をリードしてきました。そして、この現象にはアンダルシア人シェフたちが大きく貢献しました。新しく独自の料理を築き上げた彼らは土地固有の産物を使い、巧妙な技術と

想像力を駆使しながら料理に真の意味を与えようと切磋琢磨しています。カディス人シェフ Angel León（ガストロノミー・シヨナルアワード受賞）、マラガ人シェフ Dani Garcia、Diego del Río、José Carlos García として Alejandro Sánchez、セビーリャ人シェフ Julio Fernández、コルドバ人シェフ Kisko Garcia がミシュランガイドの名誉ある星を獲得しています。

原産地呼称の地

アンダルシア料理の特徴の一つは素材重視です。それは、当地の多彩な地理と気候が生み出す非常に高品質な食材が豊富なおかげです。当地方の産物の多くが品質認証・高品質評価を受け、消費者に対して品質を保證する原産地呼称統制委員会によって管理されています。

中でも、オリーブオイルは2010年にスペイン、ギリシャ、イタリア、モロッコの無形文化遺産として共同登録された地中海食の基本素材である上に、アンダルシアのガストロノミーに魅力や個性を添えるエレメントです。現在、当自治州ではスペインのバージンオリーブオイルの80%以上を生産していますが、これは全世界で生産されるバージンオリーブオイルの約3分の1にあたります。アンダルシアの豊かなオリーブオイルの品種の豊富さは、次に挙げる12つもの保護指定原産地呼称（DOP）を見れば、一目瞭然です。カディス県（‘Sierra de Cádiz’）；コルドバ県（‘Baena’、‘Montoro-Adamuz’、‘Priego de Córdoba’、‘Aceite de Lucena’）；グラナダ県（‘Poniente de Granada’、‘Montes de Granada’）；ハエン県（‘Sierra de Cazorla’、‘Sierra Mágina’、‘Sierra de Segura’）、マラガ



県（‘Antequera’）；セビーリャ 県（‘Estepa’）、この他に、DOP マラガ産テーブルオリーブAloroña もあります。

アル＝アンダルスの時代以来、フルーツと野菜はアンダルシア料理の基本食品です。アルメリア県では、スペイン初、そして、唯一の保護地理的表示（IGP）が認められているLa Cañada産トマトが栽培されています。一方、グラナダ県では、‘Huétor-Tajar産アスバラガス’（IGP）、またグラナダ、マラガ両県の沿岸地域は亜熱帯フルーツが有名で、DOP Costa Tropical de Granada-Málaga産チェリモヤは、その最たる例です。さらに、マラガ県にはDOPレーズン マラガの干しぶどうも存在します。

生ハムはアンダルシアの伝統的な生産物。スペインガストロノミーのスター的存在の一つであり、スペインを代表するものの一つです。最近、2つの保護指定原産地呼称、DOP ‘ハモン・デ・ウエルバ’とDOP ‘ハモン・デ・ロス・ベドロチェス’は国境を越え、多くの国々の消費者もこれらの生ハムの素晴らしい味を満喫できるようになりました。生ハムには、さらに2つの地理的表示保護、IGP ‘Jamón de Trevelez’とIGP ‘Jamón de Serón’、さらに、伝統的特産品保護‘ハモン・セラノ’もあります。さらに、肉に関してはIGP‘Cordero Segureño’が群を抜いています。

ワイン部門は、国内外に向けてアンダルシアのイメージをアピールするためのキーポイントです。国際的にも知名度の高い大企業がこの地に構えているほか、ここ数年で品質の高いワインを作り出す家族経営の企業・ワイナリーも増え、新たな市場で新たな地位を築いています。アンダルシアワインの評判は次に挙げる7つもの保護指定原産地呼称（DOP）という形で認識されるようになりました。ウエルバ県の‘Condado de Huelva’と‘Condado de Huelva産オリエントワイン’（フレーバーワインとしてはスペイン初）、カディス県の‘ヘレス・ケレス・シェリー’、Manzanilla-Sanlúcar de Barrameda、マラガ、‘Sierras de Málaga’、そして‘モンティエーリャ・モリス’（コルドバ）。その他、2つの地域名称付き高級ワイン‘グラナダ’と‘Lebrija’、さらにVinos de la Tierraとも称される16ものIGPワインが複数の県に存在します。ワインに関連し、3つのDOPピネガー（‘ヘレスピネガー’、‘Condado de Huelvaピネガー’、‘モンティエーリャ・モリスピネガー’）とスピリッツ‘ブランディ・デ・ヘレス’（IGP）も特記すべきものです。

スイーツ部門では、‘Pan de Alfar’（IGP）、‘Alfajor de Medina Sidonia’（IGP）、‘Mantecados de Estepa’（IGP）、そして‘Tortas de aceite de Castilla de la Cuesta’（伝統的特産品保護）が品質的に傑出、地理的表示によって保護されている‘Caballa de Andalucía’と‘Melva de Andalucía’の高級缶・瓶詰は、EUに登録されている唯一のスペイン産



アンダルシアでは、パンフレットに使用された紙をリサイクルすることで、2015年には環境に与える影響を以下の通り軽減できた。	116,762 kg のごみの量	17,261 kg の二酸化炭素の排出量	172,614 km の自動車による移動距離
	3,158,272 リットルの水の使用量	193,575 kw のエネルギー消費量	189,666 kg の木材の使用量

製菓: Turis, Cuello, S.L. | 印刷: Turis, Cuello, Impresores, S.L. | 監修: 2015年12月 | 発行: 2015年12月

