

2015年1月15日発行(隔週1日・15日発行)12月15日発売 第19巻1号(通巻374号)
1997年3月10日第三種郵便物認可

pen

with New Attitude

1/1.15

2015 No.374
新年合併号
特別定価 680
yen

1冊まるごと
おいしい
イタリア



特別付録

ミラノ万博前に予約必至!

おいしいミラノ完全読本。



Maurizio Zanella

マウリツィオ・ザネツラ フランチャコルタ協会 会長

●フランチャコルタ協会会長。フランチャコルタを代表するワイナリー「カ・デル・ボスコ」を1968年に設立。現在も代表を務め、協会業務とともにフランチャコルタの地位向上を進める。親日家で来日も多い。

Buonissimo
ITALIA!

ミネラル分が多い土地で、イゼーオ湖の水力と涼風が吹く気候を生かしたブドウづくりが行われている。休暇に来る人も多い、風光明媚な地だ。



イゼーオの街から船で約20分、イゼーオ湖中心に浮かぶモンテ島。湖から見る、対岸のフランチャコルタの景色も素晴らしい。



美しいブドウ畑が広がる。ワイナリーめぐりのシステムも完備されており、近郊の街や海外からワイン好きが詰めかける観光スポット。道路には「フランチャコルタの道」と書かれた看板。



夏のベンデミア(ブドウ狩り)では、枝に付いたものだけを手摘み。地元学生や期間限定の外部からの労働者で街は賑やかに。

エレガントな香りと果実味、 やわらかな泡が人気の秘密。

スパマンテ（スパークリングワイン）に変わりないが、シャンパーニュ地方でつくられるシャンパン同様、限られた産地内で多くの厳しい条件を満たして初めて「フランチャコルタ」と名乗れる。その規定はシャンパンやカヴァより厳しく、「品質至上主義」というブランドイメージを定着させた。人気の秘密はやわらかな泡。白ブドウからつくられ、ガス圧を4.5以下に抑えた「サテン（絹）」は口当たりがなめらかでクリーミーな代表的存在だ。

ミラノ近郊で53年前に生まれた、 D.O.C.G認定の発泡性ワイン

ミラノからクルマで約40分、ロンバルディア州にあるイゼーオ湖の南側一帯の丘陵地・フランチャコルタ地域で、109の生産者が年間1300万本以上を生産する。最初のリリースが1961年と歴史は始まったばかり。シャルドネ、ピノ・ビアンコ、ピノ・ネロの3種のブドウから醸造し、瓶内2次発酵を行うシャンパーニュ製法。タイプごとに期間が定められ、シャンパンより長い18カ月以上を費やす。95年にイタリアワイン最高峰クラスD.O.C.G認定。



温暖でミネラル豊富な土壌が、 ブドウを育て、熟させる。

温暖な気候と十分な日照量によりブドウがよく熟すため、果実味が豊かなのが特徴だ。ピノ・ビアンコを使えばさらに優しい口当たりになり、「サテン」が備える独特のシルキーさが醸し出され、「パス・オベレ」のようなノンデザート（補糖ゼロ）タイプでも酸が立ちすぎなくなる。また、時代とともにピュアで厳格なものを求める意識が向上し、畑の特徴を活かしたキュヴェづくりや、個性を打ち出した小規模生産者が台頭している。

北イタリアの上質スパークリングワイン「フランチャコルタ」。やわらかな泡と豊かな香り、果実感あふれる味で人気は急上昇。いま飲むべきこの酒の魅力とは。

フランチャコルタなくして、いまは語れない。

料理上手だった母親の影響を受け、自身も料理を得意とするフランキー・ヴォーンさん。重めの料理が好みで、パスタならカルボナーラが好物なのだ。彼が拠点を置くミラノではカルボナーラが食べられるレストランは少なく、あってもおいしくないのだとか。ならば自分でつくってしまえ、と友人を招いて自慢の腕前を披露したところ、これが好評を博した。以来、定番レシピになったのだという。

実は彼のレシピは、イタリア料理本『イル・クッキアイオ・タルジエント』をアレンジしたもの。イタリア女性が嫁入りに必ずもっていくともいわれる、伝統料理をまもめたレシピ本にひとひねり加えたものだ。

「本ではバターを使って炒めますが、僕はあまり味の濃くないオリーブオイルを使います。もちろん、生クリームも入れません。その分、卵とチーズが味の決め手となるので、なるべく味の豊かな良質のものを選ぶことが大切です。ベーコンも少し塩気のあるものを選ぶといいですね」

素材が決め手となる、シンプルなレシピ。被写体を見極める写真家の目が、ここにも生きている。



本場のカルボナーラ

材料・2人分

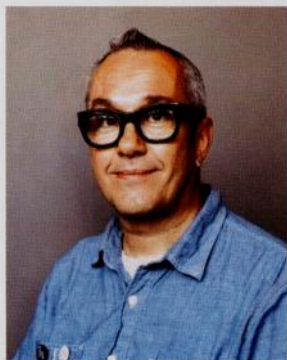
- スパゲティ(ディ・チェコ No.11) 175g
- ベーコン 50g
- 卵 1個
- ペコリーノチーズ 20g
- パルミジャーノチーズ 20g
- EXVオリーブオイル 適量
- ニンニク 2~3片
- 塩・コショウ 適量

作り方

1. 大きめの鍋に湯(分量外)を沸かして塩を入れ、スパゲティを表示時間茹でる。
2. フライパンにオリーブオイルをひき、軽く潰したニンニクを黄金色になるまでじっくりと弱火で炒める。しっかりと香りを引き出したら、ニンニクは取り除く。
3. 2にサイコロ状に切ったベーコンを加え炒める。
4. 卵をボウルに割り入れ、黄身と白身がしっかりと混ざるまでよくかき混ぜる。
5. 茹で上がった1のスパゲティを3のフライパンに加え、しっかりと攪拌した4の卵を上にかけてながら素早くスパゲティとからませる。
6. さらに各チーズの半量ずつとコショウ少量を加え、素早く混ぜる。
7. 加減を見ながらオリーブオイルを加え、さらにチーズ2種の残りをすべてかけてよく混ぜ合わせる。
8. 温めておいた器に盛り付け、好みに応じてオリーブオイルとコショウをかける。

Frankie Vaughan

●パリに生まれ、ソルボンヌ大学映像学科で学ぶ。アルバート・ワトソンやパオロ・ロベルシのアシスタントを経て、渡伊。以後、ミラノをベースにフリーランスフォトグラファーとして活躍。料理上手な母親のDNAを受け継ぐ腕前。



Point

1 ニンニクを潰す。専用器具がなければ、包丁の腹を使って押し潰す。2 調理のハイライト。しっかりとかき混ぜた卵をスパゲティにかけ、素早くからませる。まるやかな食感を生むためにも、とにかく素早くからませる。

フランキー・ヴォーン — 写真家 — 卵とチーズのみ、 正統カルボナーラ



小塚源大 — untlim代表

体調管理にも貢献、 青汁ジエノベーゼ



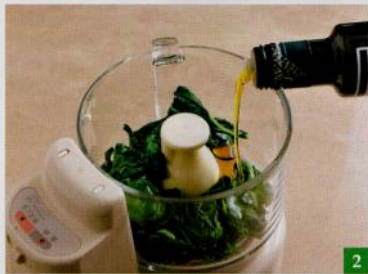
ケールのジエノベーゼ

材料・2人分

- ペンネ 160g
- ケール 大きめの葉を3枚
- パルミジャーノチーズ 40g
- オリーブオイル 180cc
- 松の実 20g
- 塩・ブラックペッパー 適量

作り方

1. 大きめの鍋に湯(分量外)を沸かして塩を入れ、ペンネを表示時間茹でる。
2. ケールは塩を加えた熱湯でさっと下茹でした後、冷水で冷ます。
3. 2のケールにオリーブオイルを加え、フードプロセッサーにかけてペースト状にする。
4. 茹で上がった1と3をあえる。
5. 4を器に盛り付けた後、仕上げにパルミジャーノチーズをたっぷりかけて松の実を散らし、ブラックペッパーをかける。



Motohiro Kotsuka

●2008年ユナイテッドアローズより独立し、PR/マネジメントオフィス「untlim」を設立。定着的な価値観を普遍的に、かつほどよい時代感でコーディネートし訴求できるよう、メンズのファッションブランドを中心にPRを担当する。

最近、これまで以上に健康に気を使うようになったという小塚源大さん。そんな時に友人に教わったのが、このケール版ジエノベーゼだった。

「最初、ケールと聞いて驚いたのですが、ケールといえば青汁の原料ですよね。これは身体にいいはずだと思い直して試してみると意外にクセがなくおいしかったので、それ以来、飲み過ぎた平日の夜をヘルシーにリセットする青汁感覚で休日のランチによくつくるようにになりました」

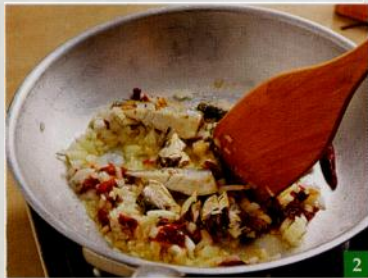
大好きなブラックペッパーを仕上げにたっぷりかけたり、通常のジエノベーゼではペースト状にする松の実を後の方に食感を楽しんだり、自分仕様アレンジを加えながら完成させたシンプル＆ヘルシーなレシピは、特に男性に食べてほしい一皿だという。

「女性のほうが新しい味やヘルシーなメニューに食欲ですが、男性にもそうあってほしいですね。平日は仕事で無理をしがちですが、週末に健康の帳尻を合わせる上でも、このレシピは男性陣にぜひ食べてもらいたいです」

体調管理は誰にとっても大切なこと。こんなおいしい健康法があることをまずは実感してほしい。

Point

1 青汁では加熱しないケールだが、下茹でしてからフードプロセッサーに。2 その後、オリーブオイルも直接投入。洗いの手間も省けて一石二鳥。ちなみに松の実はペースト状にせず、後のせて食感を楽しむのが小塚さん流。



Point

1 これぞ男の料理。オイルサーディンの缶詰のオイルをオリーブオイル代わりに使い、ニンニクと鷹の爪を炒める。2 オイルサーディンの身も缶詰からそのままフライパンへ加える。ほぐすように手早く混ぜ合わせる。



Buonissimo
ITALIA!

Jun Udagawa

●1979年山台市生まれ。2006年、フリーランスフォトグラファーとして独立。以後、本誌Penをはじめとする雑誌や広告のフィールドで活躍し続けている。モノのよさを最大限に引き出すことを心がけ、日々商品撮影にいそんでいる。



オイルサーディンの缶詰のスパゲティ

材料・2人分

- スパゲティ(1.6mm) 200g
- オイルサーディンの缶詰 1缶
- レモン 1/2個
- 万能ネギ 適量
- ニンニク 1片
- 鷹の爪 2本
- セミドライトマト 4個
- 玉ネギ 1/2個
- 醤油 適量
- 塩・コショウ 適量

作り方

1. 大きめの鍋に湯(分量外)を沸かして塩を入れ、スパゲティを表示時間茹でる。
2. フライパンにオイルサーディンの缶詰のオイル(大さじ1)をひき、みじん切りにしたニンニクと鷹の爪を加えて弱火にかけて香りを出す。
3. 2に香りが出たら、粗く刻んだセミドライトマトとみじん切りにした玉ネギを加えて中火で炒める。
4. 3にオイルサーディンを入れて手早く混ぜ合わせ、茹で上がった1と茹で湯(レードル半分くらい)を加えてよくからませる。
5. 仕上げに醤油を加え、塩・コショウで味を調える。
6. 器に盛り付け、レモンを搾り、万能ネギを振りかける。

人に歴史あり。そんなことを思わせるパスタ料理を紹介しよう。宇田川淳さんがまだ駆け出しの頃によくつくっていたという、オイルサーディンの缶詰を使ったスパゲティだ。

「昔、まだ若くて金もない時代に考案してつくっていたのがこのパスタ。当初は白ネギを使っていたのですが、万能ネギのほうが断然美味いことに気づき、以来、不動のレシピとなりました」

缶詰だからとはかにはしてはいけな

い。一度味わえば、これほど手軽かつ簡単に美食のパスタが誕生する事実

きつと誰もが驚くにちがいない。

「オイルサーディンの缶詰のブランドにこだわりはないし、作り方もとりわけ特別なこともない。でも、おいしいんですよ、このパスタ。万能ネギとレモンはあったほうが断然おいしいので、それさえ忘れなければ立派なごちそうになると思います」

「気ままに調理できるので、いまでも休日のランチによく食べるといこのスパゲティ。ウイスキーに合う味わいは、ディナーとしても活躍しそうだ。」

「とにかく簡単で手軽。つくる時間を選ばない料理なので、好きなように試してほしいですね」

宇田川淳 — 写真家

手軽にして簡単、缶詰の美食体験。