

4月 世界味めぐりの旅

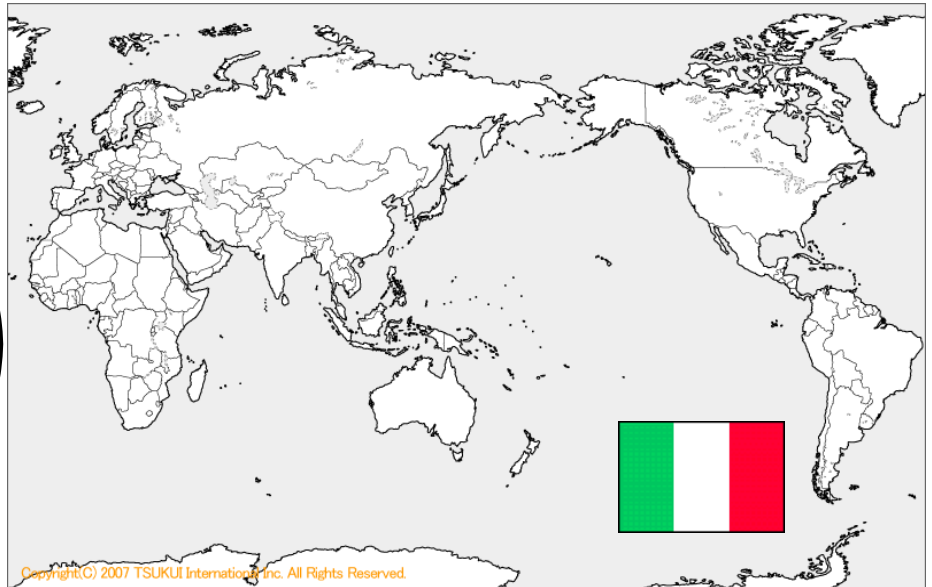
～イタリア～



紀元前8世紀頃から、ギリシャ人などがイタリア半島南部やシチリア島に移り住み、その後、ローマ帝国の繁栄とともに、イタリアの食文化が作られ、帝国の拡大とともに、各地に広まりました。

MENU

トマトバジルスパゲッティ
 コーヒー豆乳 タルト
 白身魚のレモン風味
 イタリアンサラダ



イタリアの食習慣



昼食や夕食は、パスタ、スープ、リゾットなどのプリモ・ピアット(1番目の料理)から始まります。そして、肉料理、魚料理などのセコンド・ピアット(2番目の料理)、果物やケーキなどのドルチェ(デザート)といった3種類の組み合わせが基本とされます。プリモ・ピアットの前に前菜のアンティ・パストを食べることもあります。



プリモ・ピアットの例



セコンド・ピアットの例



アンティ・パストの例

たまごを練り込んだ平たい麺のタリアテッレにミートソースをかけたタリアテッレ・アル・ラグー。

ミラノ風カツレツ。

生ハムとサラミの盛り合わせ。



地方色豊かなイタリア料理



イタリアは、南北に細長い国土のため、地方によって気候、風土が違います。

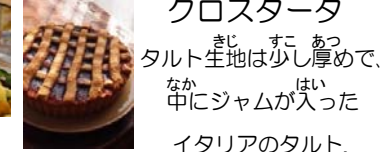
北イタリア
 アルプス山脈の麓では、酪農が盛んに行われているため乳製品が豊富。

南イタリア
 南イタリアの料理に欠かせない食材は、オリーブオイルとトマト。

魚介類は種類が豊富で、スズキやイワシをはじめ、タコやウナギ、シャコなども食べられています。焼いて塩とオリーブオイルとレモンをかける、というような素材の味をいかした調理法で作られた料理が好まれています。



イタリア南部の魚料理



シチリアレモン

クロスタータ
 タルト生地は少し厚めで、中にジャムが入ったイタリアのタルト。