

## エスコフィエ『料理の手引き』全注解

五島 学（責任編集・訳・注釈） 河井 健司（訳・注釈） 春野 裕征（訳）  
山本 学（訳） 高橋 昇（校正）



## XIII. 野菜料理・パスタ

### LÉGUMES — FARINEUX ET PÂTES ALIMENTAIRES

#### 野菜料理 SÉRIE DES LÉGUMES

#### 野菜の仕込みにおける注意事項

*Observation sur les Opérations préliminaires.*

#### 下茹で<sup>1)</sup>

##### BLANCHISSAGE

この作業を行なう場合、2つのケースに分けられる。第1に、例えばほうれんそう、プチポワ、アリコヴェール等の一般的な青物野菜の場合、完全に火を通すのが目的。たっぷりの湯で手早く茹で、クロロフィルすなわち葉緑素を失わないよう注意すること。第2は、野菜に本来あるえぐ味を消す目的<sup>2)</sup>。例えばキャベツ、セロリ、シコレ等。原則的に、若どりの野菜は下茹でしない。下茹でで完全に火を通してしまふ野菜については、1リットルあたり7gの塩を湯に加えること。

#### 冷水にはなす<sup>3)</sup>

##### RAFRAÎCHISSAGE

下茹で後に冷水にとるのは、野菜をプレゼにする場合と、オペレーションの都合から事前に茹でておかなければならない場合だけにすること。また、後でバターやクリームであえる場合、冷水にとると風味が負けてしまうので注意。

#### アラングレーズ<sup>4)</sup>

##### CUISSON DES LÉGUMES À L'ANGLAISE

沸騰した湯で茹でるだけでいい。次によく湯切りをして、さらに水気をとばす。野菜料理用の深皿に盛りつけ、貝殻形のバターを添えて供する。味付けは食べ手自身に行なっていただく。葉物野菜なら何でもこのアラングレーズで調理、提供可能。

- 
- 1) variété (ヴァリエテ) 野菜についての場合通常は「品種」と訳すが、ここではバラエティ、種類くらいの意。なお、いわゆる「アスパラソバージュ」 asperges sauvages (アスペルジュソヴァージュ) はまったくの別種であり、ここには含まれていない。
  - 2) プロヴァンスでは Artichaut Violet de Provence という品種がもっとも有名。この品種は草勢がおとなしく、小振りの花蕾を若どりしてボワヴラードとして出荷されることも多い。
  - 3) Argenteuil (アルジョントウイユ)。パリ近郊の地名。かつてここでアスパラガスの生産が盛んだったという。またこの地名を冠した品種が21世紀になった現在でも主流であることは事実。穂先がやや紫がかかる傾向にあるが基本的には緑色の品種。
  - 4) ホワイトアスパラガスは「品種」ではなく栽培方法が異なる(軟白の工程が入る)。理屈のうえではどんな品種であってもホワイトアスパラガスにすることは可能。秋のうちに地上部を切り落とし、根株を中心にブラウ(鋤の一種)などを用いて土を盛り上げる。全体に大きなかまぼこのような格好になる。春になると、地中深くの根株から伸びてきたアスパラガスの茎は日光に当たっていないので軟白されている。それを地上に出る直前に収穫する。収穫は一定期間で終了させ、盛り上げた土を平らに戻し、緑の茎葉を茂らせて翌年のために根株を養成する。トラクタがブラウを曳けるようかなり条間を広くとる必要があり、単位面積あたりの収量は低い。かつては缶詰の材料として北海道で盛んに栽培されていたが、だんだん生産量が落ちている。近年日本ではハウス栽培で土盛りをせずトンネルに遮光率100%のシートで暗闇を作って栽培する方式が増えつつある。いずれもフランス料理においてあまり高い評価を得られていないのは、品種の選定と栽培方法に負うところが大きいだろう。

## 乾燥豆<sup>1)</sup>

### CUISSON DES LÉGUMES SECS

乾燥豆を水に漬けてもどすのはよろしくない。その年に穫れた良質のものなら、水から弱火でゆっくり沸かして茹でるだけでいい。あく取りをして香味野菜<sup>2)</sup>を加え、蓋をしてごく弱火で茹でる。

あまりにも古い豆や品質が劣るものはあらかじめ水でもどしてもいい。ただし、豆が膨れるのに必要な時間きっかり、つまり1時間半から2時間程度に留めること。

何時間も水につけておくと、発酵が始まってしまう。そうなる美味さもほとんどなくなってしまうし、豆の組織が損なわれて使いものにならなくなってしまうことさえある。

## 野菜のブレゼ<sup>3)</sup>

### BRAISAGE DES LÉGUMES

野菜は事前に湯がいて冷水にとり、その後に余分な葉などを切り落して成形する。肉料理のブレゼ [p.0] と同様に、鍋の底と周囲に豚背脂のシートを張り、野菜を入れる。上面を背脂のシートで覆う。鍋に蓋をして弱火でかるく汗をかかせるように蒸し煮<sup>4)</sup>した後、材料がかぶる高さまで白いフォン [p.0] を注ぐ。鍋に蓋をし、中温のオーブンに入れて火を通す。

火が通ったら、野菜を取り出して水気をきり、料理での用途に合わせて成形する。その後すぐに使う場合は、煮汁の浮き脂を取り除いて<sup>5)</sup>から煮詰め、野菜とともにソテー鍋で保温する。事前に仕込んでおく場合には、鍋から皿あるいは専用の陶製の器に広げる。煮汁は浮き脂を取り除かずにそのまま加える。バターを塗った紙で覆ってストックしておく。

## 野菜のブレゼのソース

### SAUCE DES LÉGUMES BRAISÉS

ブレゼの煮汁を煮詰め、浮き脂を丁寧に取り除いて使う。場合によってはグラスドヴィアンド [p.0]、あるいは相応量のドゥミグラス [p.0] を加える。どちらの場合も、バターを加えてソースをまろやかに仕上げる。必要ならレモン果汁をほんの少量加える。

## 青物野菜をバターであえる

### LIAISON DES LÉGUMES VERTS AU BEURRE

茹でた野菜はしっかりと水をきっておく。味付けをしてバターを加え、鍋をあおるようにしてバターが野

- 1) サルデーニャ王国の宰相として、国王ヴィットーリオ・エマヌエーレ2世とともに、リソルジメント（イタリア統一運動）を率いた。巧みな外交戦略によりイタリア統一を実現させた英雄のひとりとなされている。イタリア王国成立後も首相、外相として活躍した。イタリアのおもな都市には必ずといっていい程、彼の名を冠した「カヴール通り」がある。なお、歴史的には北イタリアおよび南フランスのニース周辺にいたる地域をめぐって、オーストリア、フランス、イタリアが領土の奪い合いが行なわれ、イタリア統一後、「未回収のイタリア」運動ではニース周辺をイタリアに編入しようとイタリアは強く主張していた。まさしくエスコフィエの少年時代、ニースでフランス料理の修業を始めた頃のことでもあり、彼の自身がフランス人たる意識は否が応にも強まったものと思われる。
- 2) 現在ではオランダの種苗会社が交配したF1品種が増えている。
- 3) この場合、花萼をまったく残さずに小さな皿、あるいはタルトレットの形状に剥くことになるので、上から1/3～3/4は切り落すことになる。また、本文では言及されていないが、もし多少でも茎が付いている場合は、底面が安定するように平らに切り落しておくこと。
- 4) 現在のベルギー西部からフランス北部にかけての北海に面する地域。フランダース。ガルニチュール・フランドル風 [p.0] 訳注参照。本文ではとくに指定されていないが、概説部分に「ベルギー産ホワイトアスパラガス」の説明があること、初版の料理名が「ホワイトアスパラガス・フランドル風」であることを考慮する必要がある。
- 5) dégraisser（デグレセ）。

菜全体にまわるようにする。バターを加えるのは **火から外した状態**で行なうこと。そうすればバターの風味が失なわれずに仕上がる。

## 生クリームであえる

### LIAISON DES LÉGUMES À LA CRÈME

この方法で調理する場合は、野菜をやや固めの状態になるよう下茹でしておくこと。よく水気をきってから野菜を鍋に入れる。沸かした生クリームを野菜が上に顔を出す程度に加える。時々、ヘラでゆっくりかきまぜ<sup>1)</sup>ながら火入れを仕上げる。

クリームがほぼすっかり煮詰まったら、バターとレモン果汁少々を加える。必要なら、生クリームにソース・クレーム [p.0] を少量加えてもいい。

## 野菜のクレームとピューレ

### CRÈMES ET PURÉES DE LÉGUMES

乾燥豆とでんぷん質の野菜は裏漉ししてピューレにする。次にバター 1 片を加えて火にかけ、水気をとばす。牛乳か生クリームを加えて濃さを調節して仕上げる。

アrikovueール、カリフラワー等のように水分の多い野菜をピューレにする場合は、濃度を出すため、その野菜との相性のいいでんぷん質の野菜のピューレを加えること。

野菜の**クレーム**にする場合は、でんぷん質の野菜のピューレではなく、しっかりした味で濃く仕上げたベシャメルソース [p.0] を加える。

## アーティチョーク<sup>2)</sup>

### ARTICHAUTS

#### アーティチョーク・バリゲール<sup>3)</sup> Artichauts à la Barigoule

アーティチョークは新鮮で柔らかいものを選ぶこと。花蕾の上部<sup>4)</sup>を切り落とし、周囲の花萼をナイフで削り取る<sup>5)</sup>。下茹で [p.3] し、それから繊維毛を取り除く。完全に取り除くよう心を配ること<sup>6)</sup>。

内側に塩こしょうする。デュクセル [p.0] に、1/4 の重さの豚背脂を器具を用いておろして加え、さらに豚背脂と同量のバターを合わせ、アーティチョークの中央に詰める。こうして詰め物をしたアーティチョークをごく薄い豚背脂のシートで包み、紐で縛る。これを、ブレゼ [p.4] 用に準備

- 1) プロヴァンス地方に自生する乳苺の一種。もとはこの苺を用いた料理だったといわれるが、どんな種類の苺を用いてもよいとされる。実際には、いわゆるマッシュルームを用いたデュクセル・セッシュを使うケースが多い。
- 2) variété (ヴァリエテ) 野菜についての場合通常は「品種」と訳すが、ここではバラエティ、種類くらいの意。なお、いわゆる「アスパラソバージュ」asperges sauvages (アスペルジュソヴァージュ) はまったくの別種であり、ここには含まれていない。
- 3) プロヴァンス地方に自生する乳苺の一種。もとはこの苺を用いた料理だったといわれるが、どんな種類の苺を用いてもよいとされる。実際には、いわゆるマッシュルームを用いたデュクセル・セッシュを使うケースが多い。
- 4) この場合、花萼をまったく残さずに小さな皿、あるいはタルトレットの形状に剥くことになるので、上から 1/3 ~ 3/4 は切り落とすことになる。また、本文では言及されていないが、もし多少でも茎が付いている場合は、底面が安定するように平らに切り落しておくこと。
- 5) Argenteuil (アルジョントウイユ)。パリ近郊の地名。かつてここでアスパラガスの生産が盛んだったという。またこの地名を冠した品種が 21 世紀になった現在でも主流であることは事実。穂先がやや紫がかかる傾向にあるが基本的には緑色の品種。
- 6) 現在ではオランダの種苗会社が交配した F1 品種が増えている。
- 1) 同上。ただしこの紫色は茹でると失われる。
- 2) ホワイトアスパラガスは「品種」ではなく栽培方法が異なる（軟白の工程が入る）。理屈のうえではどんな品種であってもホワイトアスパラガスにすることは可能。秋のうちに地上部を切り落とし、根株を中心にブラウ（鋤の一種）などを用いて土を盛り上げる。全体に大きなかまぼこのような格好になる。春になると、地中深くの根株から伸びてきたアスパラガスの茎は日光に当たっていないので軟白されている。それを地上に出る直前に収穫する。収穫は一定期間で終了させ、盛り上げた土を平らに戻し、緑の茎葉を茂らせて翌年のために根株を養成する。トラクタがブラウを曳けるようかなり条間を広くとる必要があり、単位面積あたりの収量は低い。かつては缶詰の材料として北海道で盛んに栽培されていたが、だんだん生産量が落ちている。近年日本ではハウス栽培で土盛りをせずトンネルに遮光率 100 % のシートで暗闇を作って栽培する方式が増えつつある。いずれもフランス料理においてあまり高い評価

した<sup>1)</sup>鍋に並べ、茶色いフォン [p.0] をアーティチョークの高さまで注いで蓋をしてごく弱火で加熱し<sup>2)</sup>、しっかりと火を通す。

提供直前に、紐を外してアーティチョークを皿に盛り付ける。ブрезした煮汁は漉して、浮いている脂を取り除く<sup>3)</sup>。上等なソース・ドゥミグラス [p.0] 適量を合わせてとろみを付け、アーティチョークに上からかけて余らない程度の量になるまで煮詰める。

#### アーティチョーク・カヴール<sup>4)</sup> Artichauts Cavour

プロヴァンス産<sup>5)</sup>の小振りで柔らかいアーティチョークの外側の花萼を卵形に剥く。

これを白いコンソメ [p.0] で茹で、火が通ったら取り出して湯きりし、さらに押し絞って余計な水分を完全に出させる。溶かしバターに漬け込む。取り出して、おろしたグリュイエールチーズとパルメザンチーズの上を転がしてチーズをまぶし付ける。これをグラタン皿に環状に並べ、高温のオーブンで焼く。

アーティチョーク 6 個につき固茹で卵 1 個をみじん切りにして、バターでソテーする。バターが十分に泡立ってきたら、アンチョビエッセンス少々とパセリのみじん切りを加えてソースを仕上げ、アーティチョークに注ぎかける。

#### アーティチョーク<sup>6)</sup>・クラマール<sup>7)</sup> Coeurs d'artichauts Clamart

中位のサイズで柔らかいアーティチョークを選ぶ

こと。掃除をして<sup>8)</sup>6 つに櫛切りにする。

内側にバターを塗ったココット鍋に並べ、若どりのミニキャロットを四つ割りにして加える。アーティチョーク 1 つにつき大さじ 3 杯の莢から出したばかりのプチポワを加える。たっぷりのブーケガルニと水少々を加えて軽く塩をし、蓋をしてごく弱火で蒸し煮する<sup>9)</sup>。

提供直前に、ブーケガルニを取り出し、ブルマニエ [p.0] 少々で軽く煮汁にとろみを付ける。ココット鍋のまま供する。

#### アーティチョーク・グランデュック<sup>10)</sup> Coeurs d'artichauts Grand-Duc

中位のサイズのよく揃ったアーティチョークを選ぶこと。外側の固い花萼を剥き<sup>11)</sup>、塩湯で茹でる。しっかりと湯切りをし、底に薄くソース・クレーム [p.0] を塗った皿に花輪状に並べる。同じソースを上から覆いかけ、おろしたパルメザンチーズを軽く振りかけ、溶かしバターをかけてからサラマンダー<sup>12)</sup>に入れて焼き色を付ける。アーティチョークを花輪状に並べて空いていた中心部分に、バターであえたアスパラガスの穂先の束を盛り込み、アーティチョークひとつひとつにトリュフのスライスをのせる。トリュフのスライスは溶かしたグラスドヴィアンド [p.0] を混ぜた溶かしバターで加熱しておくこと。

#### アーティチョーク・いろいろなソースで Artichauts avec sauce diverses

アーティチョークは高さ 2/3 くらいで揃うように

を得られていないのは、品種の選定と栽培方法に負うところが大きいだろう。

- 3) 現在のベルギー西部からフランス北部にかけての北海に面する地域。フランダース。ガルニチュール・フランドル風 [p.0] 訳注参照。本文ではとくに指定されていないが、概説部分に「ベルギー産ホワイトアスパラガス」の説明があること、初版の料理名が「ホワイトアスパラガス・フランドル風」であることを考慮する必要がある。
- 4) サルデーニャ王国の宰相として、国王ヴィットーリオ・エマヌエーレ 2 世とともに、リソルジメント（イタリア統一運動）を率いた。巧みな外交戦略によりイタリア統一を実現させた英雄のひとりと言われている。イタリア王国成立後も首相、外相として活躍した。イタリアのおもな都市には必ずといっていい程、彼の名を冠した「カヴール通り」がある。なお、歴史的には北イタリアおよび南フランスのニース周辺にいたる地域をめぐって、オーストリア、フランス、イタリアが領土の奪い合いが行なわれ、イタリア統一後、「未回収のイタリア」運動ではニース周辺をイタリアに編入しようとイタリアは強く主張していた。まさしくエスコフィエの少年時代、ニースでフランス料理の修業を始めた頃のことでもあり、彼の自身がフランス人たる意識は否が応にも強まったものと思われる。
- 5) プロヴァンスでは Artichaut Violet de Provence という品種がもっとも有名。この品種は草勢がおとなしく、小振りの花蕾を若どりしてポワヴラードとして出荷されることも多い。
- 6) coeurs d'artichauts 日本語にすると「アーティチョークの芯」としか表現しようがないが、「りんごの芯」「キャベツの芯」など「芯」は非可食部=廃棄部分のイメージが強いので注意したい。アーティチョークの場合は比較的小振り～中位のサイズの花蕾の外側の固い花萼を剥いた状態のものを指す。レチュやセロリ、カルドン他でも用いられる表現であり「芯に近い柔らかい部分」と理解するといいだろう。
- 7) パリ郊外南西の地名で、かつては豆類（プチポワなど）の生産が盛んだった。
- 8) 花蕾の上半分程を切り落とし、花萼の固い部分と茎の皮を剥く。内部の繊毛はこの時点でスプーン等で取り除いてもいいし、櫛切りにした後に取り除いてもいい。
- 9) 原文 cuire très doucement à l'étuvée（キュイールトレドゥスモンアレチュヴェ）。
- 10) 大公の意。ロシア皇太子もこの称号で呼ばれる。ガルニチュール・グランデュックも参照。
- 11) tourner（トゥルネ）。
- 12) 非常に強い上火だけのオーブン。もっぱらグラタンなどの焼き色を付ける目的で用いられる。
  - 1) すなわち、上 1/3 程度を切り落とす。
  - 2) 具体的には、花萼にトゲがあるようならハサミなどを用いてトゲのある部分をきれいに切り落とす。
  - 3) 茹でる際に花萼がばらばらにならないようにするため、十文字に縛ることが多い。また切り落した底部にレモンのスライスをあてて縛るとする教本もあるが、底部を見せる料理ではないので、あまり意味はない。底部を切り落した際に、レモンを擦り付ければ充分だろう。

上部を切り落とす<sup>1)</sup>。周囲をきれいに掃除する<sup>2)</sup>。紐で縛り<sup>3)</sup>、軽く塩を加えた沸騰した湯に投入する。強火で火を通すこと。提供直前に湯から取り出して水気をよくきり、紐をほどく。

これをナフキンの上に盛り付け<sup>4)</sup>、ソース・オブール [p.0] やオランダーズソース [p.0]、ソース・ムスリーヌ [p.0] などを別添で供する<sup>5)</sup>。このように調理したアーティチョークを冷製として供する場合には、内部の繊維毛を取り除き、ナフキンの上に盛り、ヴィネグレット [p.0] とともに供する<sup>6)</sup>。

### アーティチョーク・プロヴァンス風 Artichauts à la Provençale

プロヴァンス産のごく小さなアーティチョーク<sup>7)</sup>を用意する。掃除をして<sup>8)</sup>、熱した油を入れた素焼きの鍋に投入する。塩こしょうで調味し、鍋に蓋をする。そのまま 10 分間加熱する。さらに、アーティチョーク 12 個につ菰から出したばかりの柔らかいプチポワ 1/2 L と粗く刻んだレチュの葉を 1 個分加える。

再度蓋をして、弱火で加熱する。水などの液体は加えない。鍋にしっかり蓋をして中火で加熱してやれば水気が蒸発することもないから、プチポワとレチュの水分だけで充分。

### アーティチョーク・スタンリー<sup>9)</sup> Artichauts Stanley

柔らかい小ぶりのアーティチョーク 20 個を周囲の固い花萼をナイフでむくか、あるいは相当量のアーティチョークの基底部の周囲をナイフでむいて繊維毛を取り除く。ソテー鍋にたっぷりとバターを塗る。玉ねぎ (大) 2 個のスライスをしっかり下茹でし、生ハムのスライス 150 g とともに鍋底に敷き詰める。鍋に蓋をして、弱火で軽く汗をかかせるイメージで加熱してから白ワインをグラス 1 杯<sup>10)</sup>注ぐ。これを煮詰めてからごく薄いベシヤメルソース [p.0] を材料が浸るまで注ぐ。アーティチョークを茹でて、野菜料理用の深皿に

盛る。

ソースを煮詰め、生クリーム 2 1/2 dL を加えてちょうどいい濃度にする。これを布で圧力を掛けながら漉し、バターをたっぷり加える。

アーティチョークの上からソースをかけ、加熱ハムの脂身のまったくないところを 5 mm 角程度のさいの目<sup>11)</sup>に刻んでアーティチョークの表面に振りかける。

### アーティチョークのクロメスキ、クロケット Cromesquis et Croquettes d'artichauts

アーティチョークの基底部だけを用いて、他の材料で作るクロメスキ、クロケットと同様に作る (前菜 [p.0] 参照)。

### アーティチョークのクルート<sup>12)</sup> Croûte aus Fonds d'artichauts

アーティチョークの基底部<sup>13)</sup>は、生のまま薄切りにし、ブラン [p.0] で固めに下茹でする。取り出して湯をきる。ソテー鍋にバターをたっぷりと塗り、アーティチョークを入れて塩こしょう、ナツメグ少々で調味し、生クリームを加えて弱火で蒸し煮<sup>14)</sup>する。

アーティチョークによく火が通ったら、クリームを煮詰める。マッシュルームのクルート [p.0] のレシピで示しているように、仕上げにバターを加えて滑らかで艶やかな仕上りにする<sup>15)</sup>。

### アーティチョーク・キュシー<sup>16)</sup> Fonds d'artichauts Cussy

小さめのアーティチョーク 12 個の花萼と皮をむいて基底部だけを取り出す<sup>17)</sup>。フォワグラとトリュフ同量ずつで固めに作ったピュレをドーム状に盛り込む。これをソース・ヴィルロワ [p.0] にくぐらせ、冷ます。冷めたら余分なソースをナイフで切り落して形を整える。イギリス式パン粉衣<sup>18)</sup>、油で揚げる。ナフキンの上に盛り付け、素揚げしたパセリを添える。

別添でトマト入りソース・ドゥミグラス [p.0] を

4) かつてはこの方法でアーティチョークを盛るための専用の皿が一般的にあったが、近年はあまり見かけない。

5) いわゆるソース入れではなく、小さめの陶製のスフレ型や小さな深皿を人数分用意してソースを供するのがいいだろう。

6) この茹でただけの調理は、食べ手がそれぞれに花萼を剥がして、その最下部にある身にソースを付けて、歯でしごくようにして食するのが一般的。この調理には Camus (カミュ) や Laon (ロン) に代表される大型品種が適している。

7) いわゆる poivrade (ポワヴラード)。外から基底部のあたりを親指と人差し指か中指で挟んでみて弾力があるものが多い。

8) ポワヴラードのような小さなアーティチョークは茎を 5~10 cm 程度付けて収穫されることが多く、茎も食用となると、表皮にある筋を取り除き、また花蕾の下に数枚ある小さな葉を取り除く。

9) イギリスの探検家ヘンリー・モートン・スタンリー卿 (1841~1904)。アフリカを探検し、遭難した医師デイヴィッド・リヴィングストンを発見したことや、ベルギー国王レオポルド 2 世の要請によりコンゴ自由国の設立にも関与した。

10) グラス 1 杯 un verre de (アンヴェールド) の意味する具体的な量は時代や地域によって異なるが、『料理の手引き』では約 1 dL (= 100 ml)。つまり、1 dL = グラス 1 杯、という感覚がある。

11) 原文 salpicon (サルピコン) [p.0]。

12) パンの中身をくり抜いてバターなどを内側に塗り、オーブンで乾燥させてケースとしたもの。さまざまな形状、大きさの仕立てがあるが、ここでは本文にあるマッシュルームのクルートを参考にすべきだろう。

13) 周囲の花萼をすべてナイフで剥き、繊維毛を取り除いた状態。アーティチョーク・バリグール [p.0] の最初の段落を参照。

14) étuver (エチュヴェ)。

15) monter au beurre (モンテオブール)。

16) キュシー侯爵。ソース概説 [p.0] および訳注参照。

17) レモンをこすり付けながら作業する。レモン果汁またはアスコルビン酸を加えた水に順次付けて変色を防ぐこと。

18) 小麦粉、溶き卵、パン粉の順で付けて衣にする方法。ただしパン粉は日本で一般的なものと違い、細かいものが使われるのが一般的。

供する。

### アーティチョーク・ファルシ Fonds d'artichauts farcis

中くらいのサイズのアーティチョークを用意し、花萼と底面の皮をむいて基底部を取り出す。レモン果汁を加えた水に順次漬けていく。取り出して水気を取り、塩湯で固めに茹でる。取り出してよく湯きりをしたら、固めに作ったデューセル [p.0] を詰める。バターを塗った天板に並べ、デューセルの上に細かいパン粉を振る。溶かしバターを少量かけてやり、強火のオーブンでこんがり焼く。別添でトマト入りソース・ドウミグラス [p.0] を供する。

### アーティチョークとアスパラガスの穂先 Fonds d'artichauts aux Pointes d'asperges

ファルシにする際と同様にアーティチョークの基底部を下処理する。これをバターで弱火にかけて蓋をして蒸し煮し<sup>1)</sup>、そこに、生クリームであえて余分な水気をとばしたアスパラガスの穂先をピラミッド形に盛り込む。これをバターを塗った天板に並べ、ソース・モルネー [p.0] をかけて強火のオーブンでこんがり焼く。

### アーティチョーク基底部のソテー Fonds d'artichauts sautés

アーティチョークの花萼と繊維毛をすべて取り除く。ナイフで皮をむき、生のまま薄切りにする<sup>2)</sup>。塩こしょうで調味し、バターでソテーする。野菜料理用の深皿に盛り、上から香草を散らす。

### アーティチョーク・ディートリッヒ<sup>3)</sup> Quartiers d'artichauts Diétrich

プロヴァンス産アーティチョーク 12 個は上 1/3 程を切り落とし、周囲の固い花萼と茎があれば茎の皮をナイフでアーティチョークを回すようにしてむく。これを縦 4 つに切り、玉ねぎのみじん切りを加えてバターを熱した鍋に入れ、強火で色よく炒める。軽く仕上げたヴルテ [p.0] とマッシュルームの茹で汁を加えて弱火で煮込む。ピエモンテ産トリュフ<sup>4)</sup>風味のリゾットを型に詰めて作った縁飾りの中央に、アーティチョークを盛り込み、ソースを煮詰めて仕上げに生クリーム少々で調えてソースを仕上げる。これをアーティチョークの上からかけてやる。

### アーティチョーク・イタリア風<sup>5)</sup> Quartiers d'artichauts à l'Italienne

中くらいのサイズのアーティチョークは花蕾の上から 1/3 くらいを切り落とし、外側の固い花蕾をナイフで剥く。茎も皮をむいて筋を取り除き、きれいな形に整える。これを縦 4 つに櫛切りにする。中心の繊維毛をきれいに取り除く。レモンの切れ端をこすり付け、黒ずむのを防ぐ。下処理が済んだ順に冷水に入れていく。下茹でしたら取り出して湯をきる。これを鍋に敷き詰めたフォンドブレーズ [p.0] の上に並べる。蓋をして低温のオーブンに 7~8 分間入れて野菜が汗をかくようなイメージで加熱する。白ワインを注いで煮詰めたら、茶色いフォン [p.0] をアーティチョークの高さまで注ぐ。低めの温度のオーブンに入れて、アーティチョークがすっかり柔らかくなるまでじっくり火を通す。

提供直前に、野菜料理用の深皿に盛る。煮汁は漉して浮き脂を取り除き、煮詰めてからイタリア風ソース [p.0] に加え、アーティチョークにかける。

### アーティチョーク・リヨン風 Quartiers d'artichauts à la Lyonnaise

玉ねぎをみじん切りにしてバターで炒め、ソテー鍋の底に敷き詰める。その上に、櫛切りにして下茹でしたアーティチョークを並べる。その後はアーティチョーク・イタリア風 [p.8] と同様の手順で調理する。

野菜料理用の深皿に盛り、煮汁を煮詰めてソースにする。ソースは火から外してバターを加えて仕上げる。これをアーティチョークにかけ、パセリのみじん切りを散らす。

### アーティチョークのピュレ、クリーム Purée ou Crêpe d'artichauts

アーティチョークは充分に柔らかいものを選ぶこと。花萼をすべて除去し、基底部だけを取り出す。これを白さが失なわれないよう注意して、軽く下茹でする。これを別鍋に移し、バターを加えて蓋をして弱火で蒸し煮するようにして完全に火を通す。火が通ったら、加熱に使ったバターとともに、目の細かい網で裏漉しする。こうして出来たアーティチョークのピュレを片手鍋に入れ、きめ細かく柔らかいじゃがいものピュレ同量を合わせる。仕上げに、フレッシュなバターと焦がしバターそれぞれ若干量を加える。焦がしバターを加えるのはアーティチョークの風味を引き立てるのが目的。

1) étuver (エチュヴェ)。

2) 過熱のものでは固くて困難。比較的若どりで新鮮なものを選ぶこと。

3) ここではドイツ語風にカナ書きしたが、フランス式にディエトリックあるいはディエトリッシュ、あるいはイタリア語風にディエトリッチェとすべきかも知れない。いずれにしても Dietrich はフランスの Thierry (ティエリ) に相当する非常にありれた男性名であり、家名でもある。いうまでもなく、女優、歌手として有名なマレーネ・ディートリッヒ (1901~1992) ではない。このレシピは初版から掲載されているから明らかに彼女の名を冠したものではない。このレシピのポイントは、アーティチョークの仕立てそのものも、合わせるリゾットもきわめてイタリア風であるところにヒントがあるのだろう。

4) いうまでもなく白トリュフ。

5) イタリア風ソースを用いているからこの料理名だが、内容的にはアーティチョークのブレゼに他ならない。野菜のブレゼ [p.4] は肉料理におけるブレゼ [p.0] が基本になっているため、フォンドブレーズ [p.0] も肉料理のものに準じていることに注意。また、『料理の手引き』におけるブレゼは基本的に豚背脂のシートで素材を包むか上下から挟むようにしてフォンなどの液体を注いで鍋に蓋をしてオーブンで加熱調理することに注意。間違っても単なる蒸し煮ではない。



## アスパラガス

### ASPERGES

アスパラガスは主に 4 種類<sup>1)</sup>に分けられる。フランス産アスパラガスの典型的な品種、アルジャントゥイユ<sup>2)</sup>。グリーンアスパラガス<sup>3)</sup>。ジェノヴァ産紫アスパラガス<sup>4)</sup>、イタリア産アスパラガスの典型で繊細な風味だがややえぐ味がある。ベルギー産ホワイトアスパラガス<sup>5)</sup>、これも繊細な風味だが、輸送による劣化がはげしい。

アスパラガスは出来るだけ新鮮なものを用いること。丁寧に皮をむき、手早く洗う。紐で束ねてたっぷりの塩湯で茹でる。

種類によっては多少エグ味があるので、茹であがったらすぐに水を替えてエグ味を取り除く。少なくともエグ味を弱めることは可能だ。茹でたアスパラガスは専用の銀の網の上に盛るか、ナフキンの上に盛り付ける。

### アスパラガス・フランドル風<sup>6)</sup> Asperges à la Flamande

フランドル地方の流儀では 1 人あたり熱々の半熟卵 1 個とバター 30 g を添える。  
食べ手自身が、半熟の黄身をすり潰してから、塩

こしょうで調味し、バターを加えて食する。  
もちろん、この半熟卵とバターのソースをあらかじめ作っておき、ソース入れで添えて供してもいい。

- 1) variété (ヴァリエテ) 野菜についての場合通常は「品種」と訳すが、ここではバラエティ、種類くらいの意。なお、いわゆる「アスパラソバージュ」asperges sauvages (アスペルジュソヴァージュ) はまったくの別種であり、ここには含まれていない。
- 2) Argenteuil (アルジョントゥイユ)。パリ近郊の地名。かつてここでアスパラガスの生産が盛んだったという。またこの地名を冠した品種が 21 世紀になった現在でも主流であることは事実。穂先がやや紫がかかる傾向にあるが基本的には緑色の品種。
- 3) 現在ではオランダの種苗会社が交配した F1 品種が増えている。
- 4) 同上。ただしこの紫色は茹でると失われる。
- 5) ホワイトアスパラガスは「品種」ではなく栽培方法が異なる(軟白の工程が入る)。理屈のうえではどんな品種であってもホワイトアスパラガスにすることは可能。秋のうちに地上部を切り落とし、根株を中心にブラウ(鋤の一種)などを用いて土を盛り上げる。全体に大きなかまぼこのような格好になる。春になると、地中深くの根株から伸びてきたアスパラガスの茎は日光に当たっていないので軟白されている。それを地上に出る直前に収穫する。収穫は一定期間で終了させ、盛り上げた土を平らに戻し、緑の茎葉を茂らせて翌年のために根株を養成する。トラクタがブラウを曳けるようかなり条間を広くとる必要があり、単位面積あたりの収量は低い。かつては缶詰の材料として北海道で盛んに栽培されていたが、だんだん生産量が落ちている。近年日本ではハウス栽培で土盛りをせずトンネルに遮光率 100 % のシートで暗闇を作って栽培する方式が増えつつある。いずれもフランス料理においてあまり高い評価を得られていないのは、品種の選定と栽培方法に負うところが大きいだろう。
- 6) 現在のベルギー西部からフランス北部にかけての北海に面する地域。フランドース。ガルニチュール・フランドル風 [p.0] 訳注参照。本文ではとくに指定されていないが、概説部分に「ベルギー産ホワイトアスパラガス」の説明があること、初版の料理名が「ホワイトアスパラガス・フランドル風」であることを考慮する必要がある。

