

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¹⁾

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²⁾。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³⁾

RAFFRAÎCHISSAGE

下茹で後に冷水にとるのは、野菜をブレゼにする場合と、オペレーションの都合から事前に茹でておかね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。

- 1) blanchir (ブロンシール)。もともとの意味は「白くする」。古代ローマ時代から17世紀頃まで、肉類は最初の下茹でしてから調理するのが一般的だった。赤身肉を茹でると表面が白くなることからこの用語が用いられるようになった。野菜にかぎらず、素材によっては白く茹であげるために単なる湯ではなく「ブラン」を用いる場合もある。以下は本書、肉料理の概説部分にあるブランの要旨。水1Lに大さじ1杯強の小麦粉、塩6gとスプーン2杯の溶いて沸かす。クローヴを刺した玉ねぎ1個とブーケガルニ、下茹でする素材、さらに空気に素材が触れて変色するのを防ぐために獣脂を加える。脂は牛あるいは仔牛の生のケンネ脂を細かく刻んだものを使う。脂を事前に冷水にさらして血等の不純物が残っていないようにしておくこと。また、原注において、野菜の下茹で用のブランには、ヴィネガーではなくレモン汁を用いたほうが良いと述べてある（肉およびある種の野菜に用いるブラン [p.0] 参照。）
- 2) いわゆる「アク」だが、例えばサヴォイキャベツの場合など、しっかり下茹でをしないと、後の調理の段階で変色することがある。厳冬期に霜に何度もあたったものなら下茹で時間は数分〜10分程度で済むが、それ以外の時期のものは2時間〜3時間の下茹でが必要（丸ごと下茹でする場合）。冬季の霜にあたった状態を人為的に作りだす、つまり冷凍庫に入れて水分が凍る際に膨張する力を利用して細胞壁を破壊すれば、下茹で時間は少なくて済む。シコレの場合、軟白されているものはそのまま生食可能なくらいアクも苦味も少ないので、ここでは軟白されていない緑のものを指している。セロリは品種によって風味やアク、苦味の強さが違うので注意。とりわけ日本ではコーネルという生食に適した品種の栽培が多いため、下茹ではあまりしっかり行なう必要もないだろう。逆に、サルシフィなどは変色を防ぐためにレモン果汁を用いるが、この変色はアクではなく、同じキク科の野菜であるレタス類の切り口が空気に触れて変色するのとまったく同じ現象。ただし、サルシフィは長時間加熱することで線維が柔らかく美味しくなるので、調理によっては充分に下茹でをしたほうが良い。また、ほうれんそうやブレットなどアカザ科の野菜にはシュウ酸が含まれていて結石の原因となるが、これも下茹ですることで容易にほとんどを除去出来るので下茹でが必須。いっぽう、プチポワのごく若どりのものについては新鮮なものに限られるが少量なら生食可能。冷凍品や大きく育った豆は下茹でが必須。アリコヴェールも同様に、わずかながらレクチンが含まれているので下茹で必須。これは他の豆類も同様なので注意。
- 3) rafraichir (ラフレシール)。原義は、リフレッシュさせる。

アラングレーズ¹⁾

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。

乾燥豆²⁾

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³⁾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⁴⁾

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⁵⁾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⁶⁾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。

1) à l'anglaise (アラングレーズ)。イギリス風、の意だが、常識的に考えて、イギリスにおいてのみ野菜をただ茹でるという調理法が一般的というわけではない。1907年に刊行された本書の英語版 *A guide to modern cookery* において、イギリス式パン粉衣については *pané à l'anglaise, treated à l'anglaise* として説明がなされているが (pp.70-71)、野菜類を茹でることについての言及は見られない。つまり、この表現が通用したのはフランスにおいてのみ、ということになる。

2) légume (レギューム) という語は古い時代には「豆類」を意味していた。その他の野菜は *feuilles* (フイユ、葉) とか *racine* (ラシーヌ、根=根菜) などと呼ばれることが多かった。*légume* が野菜の総称となったのは比較的新しい時代のことであり、現代でもイタリア語では *légumes* に対応する *legumi* (レグーミ) という語は「豆類」を意味する。なお、イタリア語での野菜の総称は *ortaggi* (オルタッジ、複数形)。

3) 一般的にはクローヴを刺した玉ねぎと縦に四つ割りにしたにんじん、ブーケガルニ。

4) よく誤解されがちなものなので注意したい。

5) *suer* (スュエ) 日本ではむしろシュエと呼ぶ現場が多い。

6) *dégraisser* (デグレセ)。

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¹⁾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。

アリコヴェール、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。

1) vanner (ヴァネ)。

アーティチョーク¹⁾

ARTICHAUTS

アーティチョーク・バリゲール²⁾
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³⁾を切り落とし、周囲の花萼をナイフで削り取る⁴⁾。下茹で [p.3] し、それから繊維毛を取り除く。完全に切り除くよう心を配ること⁵⁾。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] 用に準備した⁶⁾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⁷⁾、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。ブレゼした煮汁は漉して、浮いている脂を取り除く⁸⁾。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

- 1) artichaut (アルティショー) キク科の多年草で、草丈は1m程にもなる。フランス語としては、16世紀初頭には *carchoffle* あるいは *artichault* の綴りで記録されている。しばしば、カトリヌ・ド・メディシスがイタリアからフランスに「紹介した」とか「もたらした」といわれるが、これは俗説であり、それ以前からフランスでも知られていたし、南フランスでは栽培されていた。実際のところ、カトリヌ・ド・メディシスはフランスの王宮においてアーティチョークの料理が流行するきっかけ程度には普及に貢献したのだろう。16世紀末オリヴィエ・ド・セール『農業経営論』において既に、南フランスの気候を活かした周年栽培の方法が記されており、その方法論の基礎はこんにちでも変化していない。食材としては、主に花蕾を利用する。固く厚みのある花弁のような花萼に覆われており、大型の品種の1番花、2番花など大ぶりのものは、花萼をすべてナイフで切り落して取り除き（この作業はアーティチョーク本体を回すようにして剥くようにするのでトゥルネ *tourner* という）、さらに内部の繊維毛をスプーン等で取り除いて皿のような形状にしたものを加熱したのちに、タルトレットのように入パレイユを詰めるなどする。この基底部分を *fond d'artichaut* (フォンダルティショー) または *cul d'artichaut* (キュダルティショー) と呼ぶ。また、アーティチョーク・いろいろなソースで [p.0] のように花萼の1枚ずつむしって、その下部を葉でしごくようにして食べることもあり、かつては専用の器もポピュラーだった。小型品種および大型品種の3番花以降のような小さめのものは、**若どりであれば**、内側の花萼の下半分も加熱すれば柔らかく美味のため（やや竹の子の姫皮に似たテクスチャ。もちろん風味はまったく違う）、花蕾の上部は切り落して外側の固い花萼だけナイフでむいてから、半割りまたは四つ割りにし、繊維毛を取り除いてから加熱調理する。これは *coeur d'artichaut* (クールダルティショー) と呼ばれることが多い（ただしこれらの呼び名はやや曖昧なところがあり、これをフォンダルティショーと読みかえても解釈可能なケースもある）。さらにごく若どりのものは生食も可能であり、*poivrade* (ポワヴラード) と呼ばれる。よく誤解されることだが、*Poivrade* という品種はなく、収穫タイミングとサイズ（というよりも生食出来るくらい柔らかいものをポワヴラードと呼んでいるのであり、実際には *Violet de Provence* (ヴィオレドプロヴァンス) という品種（およびそれを親としたF1品種）が中心だが、本来的にはポワヴラードに品種の決まりはない。いずれの場合も、空気に触れるとすぐに黒く変色するので、レモンを擦り付けながら作業し、作業後はレモン果汁またはアスコルビン酸を加えた水にすぐに入れるといい。フランスのアーティチョークはブルターニュ産のものがとりわけ有名で、大きな花蕾を付ける品種が中心。南フランス産のものは比較的小ぶりで、花萼が紫色がかかった品種（上述の *Violet de Provence*）が代表的。日本には明治時代に伝わり、何度も生産が試みられているが、一般野菜としての需要を喚起することが出来ずにいるため、営利栽培は事実上ほぼ不可能。このため現在も輸入品が中心。なお、アーティチョークは株分けで殖やすのが一般的であり、ブルターニュ地方の代表品種 *Camus* (カミュ) は種子の流通すらしていない。近年は株分けせず種子から栽培して特性の揃ったF1品種も普及しつつあるが、1回植えると3~5年はそのまま株を更新しないので、フランスにおいてもF1品種の普及のペースは比較的遅い。なお、以下の訳本文の料理名は、原文に「アーティチョークの基底部分」「アーティチョークの芯」「櫛切りにしたアーティチョーク」に相当する表現がある場合でも、「アーティチョーク」で統一した。これは、2018年現在の日本において、本書のレシピで指示されている大きさと十分なクオリティのアーティチョークがいつも容易に入手できるとはかぎらないのが理由。本書のレシピはどれもそうだが、指示されている形態にこだわらず、自由な発想の源として活用することが望ましいだろう。
- 2) プロヴァンス地方に自生する乳茸の一種。もとはこの茸を用いた料理だったといわれるが、どんな種類の茸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。
- 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。
- 4) この作業も、アーティチョークを回すようにして行なうため、*tourner* (トゥルネ) の語が用いられる。また、この料理の場合は全体に茶色い仕上りになるため、アーティチョークが空気に触れることで黒ずんでしまうことが問題にならないためか、レモンを擦り付けるなどの指示はされていない。
- 5) この作業は下茹で前に行なうこともある。その場合はスプーン等を使って削るようにする。大型のアーティチョークの基底部分の場合は、本文にあるように、下茹で後に手で繊維毛を塗り取るほうがきれいに仕上がる。
- 6) 野菜のブレゼ [p.4] の項を必ず参照のこと。
- 7) この手法で火を通すことそれ自体が *braiser* (ブレゼ) と呼ばれる。
- 8) *dégraissier* (デグレセ)。
- 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して見なされている。イタリア王国成立後も首相、外相として活躍

まで煮詰める。

アーティチョーク・カヴール¹⁾ Artichauts Cavour

プロヴァンス産²⁾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³⁾・クラマル⁴⁾ 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⁵⁾6 つに楕切りにする。

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ボワを加える。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⁶⁾。

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⁷⁾ 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⁸⁾、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⁹⁾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のをせる。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上部を切り落す¹⁰⁾。周囲をきれいに掃除する¹¹⁾。紐で縛り¹²⁾、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¹³⁾、ソース・オブル [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¹⁴⁾。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¹⁵⁾。

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) 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) 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。
- 4) パリ郊外南西の地名で、かつては豆類（プチボワなど）の生産が盛んだった。
- 5) 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、楕切りにした後に取り除いてもいい。
- 6) 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)。
- 7) 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。
- 8) tourner (トゥルネ)。
- 9) 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。
- 10) すなわち、上 1/3 程度を切り落とす。
- 11) 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。
- 12) 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。
- 13) 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。
- 14) 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。
- 15) 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。

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¹⁾を用意する。掃除をして²⁾、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 個につ莢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³⁾ 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⁴⁾注ぐ。これを煮詰めてからごく薄いベシャメルソース [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くところを 5 mm 角程度のさいの目⁵⁾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⁶⁾ Croûte aus Fonds d'artichauts

アーティチョークの基底部⁷⁾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⁸⁾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⁹⁾。

アーティチョーク・キュシー¹⁰⁾ 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¹¹⁾。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¹²⁾、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、塩湯で固めに茹でする。取り出してよく湯きりをしたら、固めに作ったデュークセル [p.0] を詰める。バターを塗った天板に並べ、デューク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・ドゥミグラス [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

- 1) 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いい。
- 2) 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。
- 3) 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。
- 4) 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。
- 5) 原文 salpicon (サルピコン) [p.0]。
- 6) 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。
- 7) 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。
- 8) étuver (エチュヴェ)。
- 9) monter au beurre (モンテオブル)。
- 10) キュシー侯爵。ソース概説 [p.0] および訳注参照。
- 11) 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。
- 12) 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。

1) étuver (エチュヴェ)。

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¹⁾、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²⁾。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³⁾ 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⁴⁾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⁵⁾ 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.9] 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ーレ、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ーレを片手鍋に入れ、きめ細かく柔らかいじゃがいものピューレ同量を合わせる。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。

アスパラガス

ASPERGES

アスパラガスは主に 4 種類⁶⁾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

2) 過熟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ましたが、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、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。

6) 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。栽培種とし

イユ¹⁾。グリーンアスパラガス²⁾。ジェノヴァ産紫アスパラガス³⁾、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⁴⁾、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⁵⁾ Asperges à la Flamande

フランドル地方では慣習的に、1人あたり熱々の半熟卵1個とバター30gを添える。食べ手、半熟の黄身を自分でつぶして、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、ソース入力で添えて供してもいい。

アスパラガスのグラタン Asperges au Gratin

アスパラガスは穂先にソース・モルネー [p.0] を薄く塗ってから整列するように皿に盛る。アスパラガス全部を並べ終えたら、下から2/3程度をバターを塗った紙で覆う。紙に覆われていない穂先

のほうにソース・モルネーをたっぷり多量かけ、おろしたパルメザンチーズを振る。強火のサラマnderに入れてこんがり焼き色を付ける。覆っていた紙を取り除き、すぐに供する。

アスパラガス・ミラノ風 Asperges au Gratin

茹でたアスパラガスはよく水気をきり、バターを塗った長い皿に、おろしたパルメザンチーズを振りかけながら並べていく。アスパラガスの列を積み上げるように盛り、その各段で穂先にパルメザンをまぶすようにする。提供直前に、チーズをまぶしあ部分に焦がしバターをたっぷりかけ、サラマnderで軽く焼き色を漬ける。

アスパラガス・モルネー

アスパラガスのグラタン [p.10] と同じ⁶⁾。

てのアスパラガスの歴史は古く、古代ローマまで遡れるとされている。4〜5世紀ごろに成立した「アピキウス」においても、「アスパラガスは乾かし、熱湯で固めにさっと茹でる」とある (III-72)。また、ベルトラン・ゲガンの訳注によれば、ラヴェンナ産がもっとも珍重され、アフリカ産のものの方が大きかったにもかかわらず、人気だったという。ラヴェンナはフィレンツェ、ヴェネチアからそれぞれ約100kmのアドリア海側に位置する。ローマなどへの輸送の際、アスパラガスは水に漬けられていたのではないだろうか。だとすればアピキウスの記述にある「乾かす」も得心のいくところだろう。さて、プリニウスによれば、栽培種のアスパラガスは胃によく、催淫作用もあるということだった (III-66, p.64n)。その後、中世の料理書で言及されることもなく、姿を消したかのように見えたが、16世紀末のオリヴィエ・ド・セール『農業経営論』においては、アーティチョークと同様に重要な野菜として扱われており、栽培に適した土壌が肥持ちのいい砂壤土であることなど詳しく論じられている。また、茎の部分15cm程度を軟白する栽培方法が示されている (pp.833-384)。17世紀になると、1651年のラ・ヴァレーヌフランス料理の本』において、オランダーズソースの原型ともいえる「白いソース」のレシピが中心となっている、アスパラガス・白いソース添え、が掲載されるようになり (p.238)、この野菜の人気の復活したことがうかがえる (オランダーズソース [p.0] 訳注も参照)。

- 1) 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。
- 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) 同上。ただしこの紫色は茹でると失なわれる。
- 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。
- 5) 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。
- 6) 初版と第二版以降ではこの記述の順が逆になっており、アスパラガスのグラタンの項に、アスパラガル・モルネーを参考にするべしとある