エスコフィエ『料理の手引き』全注解

五 島　学

## 基本ソース

#### ソース・エスパニョル[[1]](#footnote-25)

（仕上がり5 L分）

* とろみ付けのための[ルー](#roux-brun)……625 g。
* [茶色いフォン](#fonds-brun)（ソースを仕上げるのに必要な全量）……12 L。
* [ミルポワ](#mirepoix)[[2]](#footnote-27)（香味素材）……小さなさいの目に切った塩漬け豚 ばら肉150 g、2 mm程度のさいの目[[3]](#footnote-28)に切ったにんじん250 gと玉ねぎ 150 g、タイム2枝、ローリエの葉2枚。
* 作業手順

1. フォン8 Lを鍋で沸かす。あらかじめ柔らかくしておいたルーを加え、木杓 子か泡立て器で混ぜながら沸騰させる。

* 弱火にして[[4]](#footnote-29)微沸騰の状態を保つ。

1. 以下のようにしてあらかじめ用意しておいたミルポワを投入する。ソテー 鍋に塩漬け豚ばら肉を入れて火にかけて脂を溶かす。そこに、細かく刻ん だにんじんと玉ねぎ、タイム、ローリエの葉を加える。野菜が軽く色づく まで強火で炒める。丁寧に、余分な脂を捨てる。これをソースに加える。 野菜を炒めたソテー鍋に白ワイン約100 mL[[5]](#footnote-30)を加えてデグラセ [[6]](#footnote-31)し、それを半量まで煮詰める。これも同様にソースの鍋に加える。 こまめに浮いてくる夾雑物を徹底的に取り除き[[7]](#footnote-32)ながら弱火で約1 時間煮込む。
2. ソースをシノワ[[8]](#footnote-33)で、ミルポワ野菜を軽く押しながら漉し、別の 片手鍋に移す。フォン2 Lを注ぎ足す。さらに2時間、微沸騰の状態を保ち ながら煮込む。その後、陶製の鍋に移し、ゆっくり混ぜながら冷ます。
3. 翌日、再び厚手の片手鍋に移してから、フォン2 Lとトマトピュレ1 Lまた は同等の生のトマトつまり2 kgを加える。  
   トマトピュレを用いる場合は、あらかじめオーブンでほとんど茶色になる まで焼いておくといい。そうするとトマトピュレの酸味を抜くことが出来 る。  
   そうすればソースを澄ませる作業が楽になるし、ソースの色合いも温かそ うで美しいものになる。  
   ソースをヘラか泡立て器で混ぜながら強火で沸騰させる。弱火にして1時間 微沸騰の状態を保つ。最後に、表面に浮いている不純物を、細心の注意を 払いながら徹底的に取り除く。布で漉し、完全に冷めるまで、ゆっくり混 ぜ続けること[[9]](#footnote-34)。

###### 【原注】

ソース・エスパニョルで仕上げに不純物を取り除くのにかかる時間はいちがい には言えない。これは、ソースに用いるフォンの質次第で変わるからだ。

ソースにするフォンが上質なものであればある程、仕上げに不純物を取り除く 作業は早く済む。そういう場合には、ソース・エスパニョルを5時間で作るこ とも無理ではない。

#### 魚料理用ソース・エスパニョル[[10]](#footnote-36)

（仕上がり5 L分）

* バターを用いて[[11]](#footnote-38)作った[ルー](#roux-brun)……500 g。
* [魚のフュメ（フュメドポワソン）](#fumet-de-poisson)（ソースを仕上げ るために必要な全量）……10 L。
* ミルポワ……標準的なソース・エスパニョルと同じ[ミルポワ](#mirepoix)野菜を同 量と、塩漬け豚ばら肉の代わりにバターを用い、マッシュルームまたはマッシュ ルームの切りくず[[12]](#footnote-39)250 gを加える。
* 作業手順……標準的なソース・エスパニョルとまったく同様に作る。
* 加熱時間と不純物を取り除くのに必要な時間……5時間。

仕上げに漉してから、標準的なソース・エスパニョルとまったく同様に、完全 に冷めるまでゆっくり混ぜ続けること。

#### 魚料理用ソース・エスパニョル補足

このソースを日常的な料理のベースとなる仕込みに含めるかどうかについては 意見が分れるところだ。

普通のソース・エスパニョルは、つまるところ風味の点ではほとんどニュート ラルなものだから、それに魚のフュメを加えれば、魚料理用ソース・エスパニョ ルとして充分に通用するだろう。どうしても上で挙げた魚料理用ソース・エス パニョルが必要になるのは、宗教的に厳格に小斉の決まりを守って料理を作る 場合のみで、さすがにその場合は代用品などない。

#### ソース・ドゥミグラス[[13]](#footnote-41)

一般に「ドゥミグラス」と呼ばれているものは、いったん仕上がった[ソース・ エスパニョル](#sauce-espagnole)をさらに、もうこれ以上は無理という位に 徹底的に不純物を取り除いたもののことだ。

最後の仕上げに[グラスドヴィアンド](#glace-de-viande)などを加える。風味 付けに何らかの酒類[[14]](#footnote-43)を加えれば、当然ながらソースの性格も変わる ので、最終的な使い途に応じて決めること。

#### 【原注】

ソースの色合いを決めるワインを仕上げに加える際には、「火から外して」行 なうこと。沸騰しているとワインの香りがとんでしまうからだ。

#### とろみを付けた仔牛のジュ

（仕上がり1 L分）

* 仔牛のフォン……[仔牛の茶色いフォン](#jus-de-veau-brun) 4 L。
* とろみ付け材料……アロールート[[15]](#footnote-46)30 g。
* 作業手順……よく澄んだ仔牛のフォン4 Lを強火にかけ、 量つ まり1 Lになるまで煮詰める。

大さじ数杯分の冷たいフォンでアロールートを溶く。これを沸騰している鍋に 加える。1分程度だけ火にかけ続けたら、布で漉す。

###### 【原注】

この、とろみを付けた仔牛のジュは、本書では頻繁に使う指示をしているが、 必ず、しっかりした味で透き通った、きれいな薄茶色に仕上げること。

#### ヴルテ[[16]](#footnote-48)（標準的な白いソース）

（仕上がり5 L分）

* とろみ付けの材料……バターを用いて作った[[17]](#footnote-50)[ブロンドの ルー](#roux-blond) 625 g。
* よく澄んだ[仔牛の白いフォン](#fonds-blanc-ordinaire)……5 L。
* 作業手順……ルーをフォンに溶かし込む。フォンは冷たくても熱くても いいが、フォンが熱い場合にはソースが充分なめらかになるよう注意して溶か すこと。混ぜながら沸騰させる。微沸騰の状態を保ちながら、浮いてくる不純 物を完全に取り除いていく[[18]](#footnote-51)。この作業はとりわけ細心の注意を払っ て行なうこと。
* 加熱時間と不純物を取り除く作業に必要な時間……1時間半。

その後、ヴルテを布で漉す[[19]](#footnote-52)。陶製の鍋に移してゆっくり混ぜながら 完全に冷ます。

#### 鶏のヴルテ

このヴルテの作り方だが、上述の[標準的なヴルテ](#veloute)と、材料比率と 作業はまったく同じ。使用する液体として[鶏の白いフォン（フォンドヴォラ イユ）](#fonds-de-volaille)を使う。

#### 魚料理用ヴルテ

ルーと液体の分量は標準的なヴルテとまったく同じだが、仔牛のフォンではな く[魚のフュメ](#fumet-de-poisson)を用いて作る。

ただし、魚を素材として用いるストックはどれもそうだが、手早く作業するこ と。不純物を取り除く作業も20分程度にとどめること。その後、布で漉し、陶 製の鍋に移してゆっくり混ぜながら完全に冷ます。

#### ソース・アルマンド（パリ風ソース[[20]](#footnote-55)）

（仕上がり1 L分）

これは、[標準的なヴルテ](#veloute)に卵黄でとろみを付けたソース。

* 標準的なヴルテ……1 L。
* 追加素材……卵黄5個、白いフォン（冷たいもの） L、粗く 砕いたこしょう1ひとつまみ、すりおろしたナツメグ少々、マッシュルームの 煮汁2 dL、レモン汁少々。
* 作業手順……厚手のソテー鍋にマッシュルームの茹で汁と白いフォン、卵黄、 粗く砕いたこしょう、ナツメグ、レモン汁を入れる。泡立て器でよく混ぜ、そ こにヴルテを加える。火にかけて沸騰させ、強火で $ 量になるま で、ヘラで混ぜながら煮詰める。

ヘラの表面がソースでコーティングされる状態になるまで煮詰めたら、布で漉 す。

膜が張らないよう、表面にバターのかけらをいくつか載せてやり、湯煎にかけ ておく。

* 仕上げ……提供直前に、バター100 gを加えて仕上げる。

###### 【原注】

ソース・アルマンド（ドイツ風）とも呼ばれるが、本書では「パリ風」の名称 を採用した。そもそも「アルマンド」というの名称に正当性がないからだ。習 慣としてそう呼ばれてきただけであって、明らかに理屈に合わない名称だ [[21]](#footnote-58)。1883年に雑誌「料理技術」に某タヴェルネ氏が寄せた記事 には、当時ある優秀な料理人がアルマンドなどという理屈に合わない名称を使 うのはやめたという話が出ている。

こんにち既に「パリ風ソース」の名称を採用している料理長もいる。そう呼ん だほうが好ましいわけだが、残念なことにまだ一般的にはなっていない [[22]](#footnote-59)。

#### ソース・シュプレーム[[23]](#footnote-60)

[鶏のヴルテ](#veloute-de-volaille)に生クリーム[[24]](#footnote-62)を加えてなめら かに仕上げ[[25]](#footnote-63)たもの。ソース・シュプレームは、正しく作った場合 「白さのだったとても繊細な」仕上がりのものでなくてはい けない。

（仕上がり1 L分）

* 鶏のヴルテ……1 L。
* 追加素材……[鶏の白いフォン](#fonds-de-volaille) 1 L、マッシュルーム の茹で汁1 dL、良質な生クリーム2 dL。
* 作業手順……鍋に鶏のフォンとマッシュルームの茹で汁、鶏のヴルテを入れ て強火にかけ、ヘラで混ぜながら、生クリームを少しずつ加え、煮詰めていく。 このヴルテと生クリームを煮詰めたものの分量は、上で示した仕上がり 1 Lの ソース・シュプレームを作るには、 量まで煮詰まっていなく てはならない。

布で漉し、仕上げに1 dLの生クリームとバター80 gを加えてゆっくり混ぜなが ら冷ますと、丁度最初のヴルテと同量になる。

#### ベシャメルソース[[26]](#footnote-64)

（仕上がり 5 L分）

* [白いルー](#roux-blanc)……650 g。
* 使用する液体……沸かした牛乳5 L。
* 追加素材……白身で脂肪のない仔牛肉300 gをさいの目に切り、みじん切 りにした玉ねぎ（小）2個分とタイム1枝、粗く砕いたこしょう1つまみ、塩25 g とバターを鍋に入れて蓋をし、色付かないように弱火で蒸し煮したもの。
* 作業手順……沸かした牛乳でルーを溶く。混ぜながら沸騰させる。ここ に、先に蒸し煮しておいた野菜と調味料、仔牛肉を加える。弱火で1時間煮込 む。布で漉し[[27]](#footnote-66)、表面にバターのかけらをいくつか載せて膜が張らな いようにする。肉類を絶対に使わない[[28]](#footnote-67)で調理する必要がある場合は、 仔牛肉を省き、香味野菜などは上記のとおりに作ること。

このソースは次のようなやり方をすると手早く作ることも出来る。沸かした牛 乳に塩、薄切りにした玉ねぎ、タイム、粗く砕いたこしょう、ナツメグを加え る。蓋をして弱火で10分煮る。これを漉してルーを入れた鍋の中に入れ、強火 にかけて沸騰させる。その後15〜20分だけ煮込めばいい。

#### トマトソース

（仕上がり5 L分）

* 主素材……トマトピュレ4 L、または生のトマト6 kg。
* [ミルポワ](#mirepoix)……さいの目に切って下茹でしておいた塩漬け豚ばら肉140 g 、1〜2 mm 角のさいの目に刻んだにんじん200 gと玉ねぎ150 g、ローリエの葉 1枚、タイム1枝、バター100 g。
* 追加素材……小麦粉150 g、白いフォン2 L、にんにく2片。
* 調味料……塩20 g、砂糖30 g、こしょう1つまみ。
* 作業手順……厚手の片手鍋で、塩漬け豚ばら肉を軽く色付くまで炒める。 ミルポワの野菜を加え、野菜も色よく炒める。小麦粉を振りかける。ブロンド 色になるまで炒めてから、トマトピュレまたは潰した生トマトと白いフォン、 砕いたにんにく、塩、砂糖、こしょうを加える。

火にかけて混ぜながら沸騰させる。鍋に蓋をして弱火のオーブンに入れ1時間 半〜2時間加熱する。

目の細かい漉し器または布で漉す。再度、火にかけて数分間沸騰させる。保存 用の器に移し、ソースが空気に触れて表面に膜が張らないよう、バターのかけ らを載せてやる。

###### 【原注】

トマトピュレを使い、小麦粉は使わず、その他は上記のとおりに作ってもいい。 漉し器か布で漉してから、充分な濃度になるまでしっかり煮詰めてやること。

1. 本節冒頭では、ルーがスペインの料理人によってもたらされ、そ の結果としてソース・エスパニョルが作られるようになったと読める記述 があるが、これはむしろ誤りと考えるべき。エスパニョル espagnol(e)は 「スペイン（風）の」意だが、スペイン料理起源というわけでもない。ス ペインを想起させるトマトを使うから、あるいは、ソースが茶褐色なのが ムーア系スペイン人を想起させるから、など定説はない。カレーム『19世 紀フランス料理』第3巻に収められたソース・エスパニョルの作り方は、 フォンをとるところから始まり4ページにわたって詳細なものとなってい る（pp.8-11）。その中で、肉を入れた鍋に少量のブイヨンを注いで煮詰 めることを繰り返す。ここまでは18世紀の料理書で一般的な手法であるが、 その後に大量のブイヨンを注いだ後、いきなり強火にかけるのではなく、 弱火で加熱していくやり方を「スペイン式の方法」と述べている。カレー ムにおいては、これがソースの名称の根拠のひとつになっていると考えて いいだろう。もちろん、ソース・エスパニョルという名称のソースはカレー ム以前からあり、1806年刊のヴィアール『帝国料理の本』にもカレームの レシピより簡単だが、ほぼ同様のものが基本ソースとして収録されている。 また、それ以前にもソース・エスパニョルに類する名称のソースはあった が、たとえば1739年刊ムノン『新料理研究』第2巻にある「スペイン風ソー ス」はかなり趣きが異なる（コリアンダーひと把みを加えるのが特徴的）。 同じ料理名でも時代や料理書の著者によってまったく違う料理になってい ることは、食文化史において珍しいことではない。また、とりわけ料理名 に地名、国名が冠されているものの中には根拠や由来のはっきりしないも のも多い。いずれにしても、本書のソース・エスパニョルの源流は19世紀 初頭のヴィアールあたりからと考えられる。ソース・エスパニョルは19世 紀を通して普及し、茶色いソースの代表的な存在となった。こんにちでも フォンドヴォーをベースとしたソースは、ルーでとろみ付けこそしないが、 仔牛の骨などから出るコラーゲンによるとろみを利用したもので、仕上が りの色合いや、ごく標準的ともいえる風味付けの方法などが引継がれ続け ている調理現場も少なくない。もっとも、上述のように本書では「茶色い ルー」を使うところに「エスパニョル」であることの理由を見い出そうと していると解釈される。 [↑](#footnote-ref-25)
2. mirepoix （ミルポワ）。ソースやフォンにコクを与える目的で、 細かいさいの目に切った香味野菜や塩漬け豚ばら肉を合わせたもの。18世 紀にミルポワ公爵の料理人が考案したといわれているが真偽は不明。同様 のものにmatignon（マティニョン）がある。ミルポワより大きめのさいの 目に切るのが一般的とされるが、調理現場によってはあまり区別せずミル ポワとのみ呼称するケースも多い。第2章ガルニチュール、[ミルポ ワ](#mirepoix)訳注参照。 [↑](#footnote-ref-27)
3. brunoise （ブリュノワーズ）。1〜2 mm のさいの目に切ること。 couper en mirepoix（クゥペオンミルポワ）ミルポワに切るとも言う。 [↑](#footnote-ref-28)
4. 原文から直訳すると「鍋を火の脇に置く」だが、現代の調理環境 では単純に「弱火にする」と解釈していい。 [↑](#footnote-ref-29)
5. 原文 un verre de vin blanc （アンヴェールドヴァンブロン）。 直訳すると「グラス1杯の白ワイン」だが、本書において un verre de 〜 は「約1 dL=100 mL」と覚えておくといいだろう。 [↑](#footnote-ref-30)
6. dégrasser 鍋に粘液状になって付着している肉汁を酒類あるいは水で溶かし出してソースなどに利用すること。 [↑](#footnote-ref-31)
7. dépouiller デプイエ。前節「ルーの火入れについて」訳注参照。 [↑](#footnote-ref-32)
8. 小さな穴が多く空けられた円錐形で、取っ手の付いた漉し器の一 種。金属製のものが主流。 [↑](#footnote-ref-33)
9. この、ヘラなどでゆっくり混ぜながら冷ます作業を vanner （ヴァ ネ）すると呼ぶが、日本の調理現場ではあまり用いられていない。 [↑](#footnote-ref-34)
10. フランス語のソース名にあるmaigre（メーグル）はこの場合、一 般的に「魚用、魚料理用」と訳すが、厳密には「小斉の際の料理用」とな ろう。小斉とは、カトリックで古くから特定の期間、曜日に肉類を断つ食 事をする宗教的食習慣。日本の「お精進」とニュアンスは近いが、小斉に おいては忌避されるのは鳥獣肉のみであり、魚介や乳製品はいいとされた。 こじつけのように、水鳥は水のものだから魚介扱いであり、またイルカも 魚類として扱われていた。小斉が行なわれるのは復活祭の前46日間（四旬 節、逆に言えばカーニバルの最終日マルディグラの翌日から46日）と、週 に一度（多くの場合は金曜）であった。合計すると小斉が行なわれるのは 年間100日近くもあり、中世から18世紀の料理人たちは小斉の宴席に供す る料理に工夫を凝らしていた。この習慣は19世紀になるとだんだん廃れて いき、エスコフィエの時代には、料理人に対して小斉のための料理を要求 することは少なくなっていった。 [↑](#footnote-ref-36)
11. 初版〜第三版にかけては、茶色いルーを作るのに「バターまたは、 きれいなグレスドマルミット（コンソメなどを作る際に表面に浮いてくる 脂をすくい取って、不純物を漉し取ったものであり、基本的に獣脂）」を 用いる、とある。上述のように、カトリックにおける「小斉」の場合、獣 脂は忌避されたがバターなどの乳製品は許容された。そのため特に「バター を用いて作ったルー」という指定がなされ、第四版では茶色いルーに澄ま しバターのみを使う旨が強調されたが、ここでは初版以来の記述がそのま ま残っているために、やや冗長に思われる表現となっている。 [↑](#footnote-ref-38)
12. champignons de Paris （シャンピニョンドパリ）いわゆるマッ シュルームは、ガルニチュールなど料理の一部として提供する際に、トゥ ルネ tourner といって螺旋（らせん）状の切れ込みを入れて装飾し たものを使う。その際に少なくない量、具体的には重量で15〜20％程度が 「切りくず」として発生するのでこれを利用する。なお、tourner（トゥ ルネ）の原義は「回す」であり、包丁を持った側の手は動かさずに、材料 のほうを回すようにして切れ目を入れたり、アーティチョークや果物など の皮を剥くことを意味する。 [↑](#footnote-ref-39)
13. 日本の洋食などで一般的な「デミグラス」あるいは「ドミグラス」」 とはかなり異なった仕上りのソースであることに注意。ソース・エスパニョ ルの仕上げにあたって、徹底的に不純物を取り除くことを何度も強調して いるのは、透き通った茶色がかった色合いの、なめらかなソースを目指す からであり、それをさらに徹底させるということは、透明度、なめらかさ の面でさらに上を目指すということを意味するからだ。ちなみに、アメリ カに本社のあるメーカーの「デミグラスソース」の缶詰はもっぱら日本で販売 されている製品であり、ヨーロッパおよびアメリカでは同一ブランドに該 当する商品は存在しないようだ。 [↑](#footnote-ref-41)
14. 本書ではマデイラ酒（マデイラワイン、ポルトガルの酒精強化ワ イン、すなわちブドウ果汁が酵母により醗酵している途中で蒸留酒を加え て醗酵を止める製法のもので、甘口のものが多い）が用いられることが多 い。 [↑](#footnote-ref-43)
15. allow-root 南米産のクズウコンを原料とした良質のでんぷん。日 本では入手が難しいこともあり、コーンスターチが用いられることがほとんど。 [↑](#footnote-ref-46)
16. velouté （ヴルテ）原義は「ビロードのように柔らかな、なめら かな」。日本ではベシャメルソースと混同されやすいが、内容がまったく 異なるソースなので注意。 [↑](#footnote-ref-48)
17. [魚料理用ソース・エスパニョル](#sauce-espagnole-maigre)、訳 注参照。 [↑](#footnote-ref-50)
18. dépouiller （デプイエ）。[ソース・エスパニョル](#sauce-espagnole)、 訳注参照。 [↑](#footnote-ref-51)
19. ある程度濃度のある液体やピュレを布で漉す場合、昔は「二人が かりで行なう必要があり、それぞれが巻いた布の端を左手に持ち、右手に 持った木杓子を使って圧し搾る」（『ラルース・ガストロノミーク』初版、 1938年）という方法が一般的だった。 [↑](#footnote-ref-52)
20. 原書では「パリ風ソース（元ソース・アルマンド）」となってい るが、後述のように、こんにちでもソース・アルマンドの名称のほうが一 般的であるため、ここではSauce Parisienneの「訳語」としてソース・ア ルマンドをあてることとした。 [↑](#footnote-ref-55)
21. エスコフィエは普仏戦争に従軍した経歴があり、ドイツ嫌いとし て知られていた。 [↑](#footnote-ref-58)
22. エスコフィエの願いもむなしく、現代においてもソース・アルマ ンドの名称で定着している。この「全注解」においても以後は「ソース・ アルマンド」と訳しているので注意されたい。なお、「ドイツ風」とい うソース名の由来について、ソースの淡い黄色がドイツ人に多い金髪を 想起させるからだとカレームは述べている。 [↑](#footnote-ref-59)
23. suprême 原義は「至高の」だが、料理においてはしばしば鶏や鴨 の胸肉、白身魚のフィレなどを意味する。また、このソースのように、と くに意味もなくこの名を料理につけられているケースも多い。 [↑](#footnote-ref-60)
24. フランスの生クリームのうち、料理でよく使われるのは、日本の 生クリームにやや近い「クレーム・フレッシュ・パストゥリゼ」（低温殺 菌した生クリームで乳脂肪分30〜38％）のほか、「クレーム・フレッシュ・ エペス」（低温殺菌後に乳酸醗酵させたもので日本で一般的な生クリーム より濃度がある）、「クレーム・ドゥーブル」（殺菌後に乳酸醗酵させた もので乳脂肪分40％程度でかなり濃度がある）などがある。 [↑](#footnote-ref-62)
25. monter モンテ。原義は「上げる、ホイップする」だが、ソースの 仕上げの際などに、バターや生クリームを加えて、なめらかに仕上げるこ とも「モンテ」の語を使用する場合が多い。 [↑](#footnote-ref-63)
26. 17世紀にルイ14世のメートルドテルを務めたこともあるルイ・ベ シャメイユLouis Béchameil（1630〜1703）の名が冠されているこのソー スは、彼自身の創案あるいは彼に仕えていた料理人によるものという説も あったが真偽は疑わしい。17世紀頃の成立であることは確かだが、おそら くは古くからあったソースを改良したものに過ぎず、また、19世紀前半の カレームのレシピはヴルテを煮詰め、卵黄と煮詰めた生クリームでとろみ を付けるというものだった。同様に1867年刊グフェ『料理の本』のレシピ も、炒めた仔牛肉と野菜に小麦粉を振りかけてからブイヨン注ぎ、これを 煮詰め、漉してから生クリームを加えるというものだった。 [↑](#footnote-ref-64)
27. [ヴルテ](#veloute)訳注参照。 [↑](#footnote-ref-66)
28. 小斉のこと。[魚料理用ソース・エスパニョ ル](#sauce-espagnole-maigre)訳注参照。 [↑](#footnote-ref-67)