

## 美食

### について



ポルトガルの料理は、その風景同様、豊かでバラエティに富んでいます。

ポルトガル料理の最も分かりやすい特徴は、海からもたらされます。海岸の端から端まで豊富に獲れる魚介類のように常に新鮮な魚のシンプルなグリル料理に舌鼓を打つとき、今自分がポルトガルにいることを実感できるでしょう。カタブラーナ (cataplanas)、ブイヤベース、そして他の魚または魚介類の料理も素晴らしい逸品ぞろいです。

肉料理の一番のお勧めはコジード・ア・ポルトゲッサ (cozido à portuguesa) です。美味しい方法で調理された肉、野菜、さまざまなソーセージの煮込みです。私達は北から南まで、牛肉、豚肉、あるいは仔ヤギであろうと、素晴らしい DOP (原産地保護指定) の食肉を使います。多くの野菜や果物も昔からの味を保っています。また、その多くは原産地で生産されているため、DOP ラベルの青果もあります。

ポルトガルのオリーブオイルは品質が素晴らしく、タラ料理 (レシピの数は1001に上るとさえ言われています) を含め、どの料理にも使われます。私達は調理と美味しく食べることに長けているのです。



どの料理にもぴったり合うワインがあります。この国全体でワインを生産しています。その中でもポートワインが有名です。ドウロ (Douro)、アレンテージョ (Alentejo)、その他多くのテーブル・ワインも同じように素晴らしいワインです。

それにチーズを忘れてはなりません！エストレーラチーズ (Queijo da Serra) (エストレーラ山脈 (Serra da Estrela) で生産される山のチーズ) が一番に挙げられますが、ポルトガル中部地方、アレンテージョ (Alentejo) やアソーレス諸島 (Açores) のチーズのいずれも素晴らしい味です。

スイーツについては、ルーツは最初に作られた多くの修道院に遡りますが、現在でも「神に感謝」したくなるような気持ちにしてくれます。さらに、パステル・デ・ナタ (pastel de nata) (カスタード・タルト)

は絶対のお勧めです。コーヒーと一緒に食べるとさらに美味しくなります。私達はエスプレッソでいただきます。



食事の最後は、数百年間遠い土地に私達の名前を広めてくれたポルトガマデイラの強化ワインで乾杯します。あるいは、ポルトガルで生まれた素晴らしいスパークリング・ワインで、この国の有能なシェフたちの手になる忘れられない料理に乾杯しましょう。