

フランス食文化代表 ” チーズ ” ！



今日はフランスの食文化の中でも重要な位置を占める食べ物のひとつ、フランスに無くてはならない**チーズ**に触れたいと思います。（ フランス語ではもちろん、le fromage ですね）

フランスのチーズは無殺菌乳

今この記事を読んでくださっている皆さんはチーズ、好きですか？どのようなチーズがお好きでしょう？

あっさり？ニオイがきついもの？固め？柔らかめ？それとも鯉節の旨み？がギュッとつまった固めのチーズ？

このようにチーズを表現する言葉も書ききれないほど沢山ありますよね。しかもフランスのチーズは日本産のと同じ、無殺菌のミルクを使っていることが多いので、「味がしっかりしている」という点も興味深いですね。

殺菌乳のメリット

もちろん日本と同様、殺菌乳を使ってチーズ作りをしている製造所も多いです。因みに殺菌乳を使うことで、チーズの中にある菌が死滅してしまいます。するとチーズの熟成が途中で止まってしまいます。

ではなぜ菌を殺すのか？それにより**品質の安定が保たれる**

からです！これはまさに現代の工場大量生産の時代には打ってつけの製造方法ですね。その分無殺菌乳で作られたチーズよりも殺菌乳で作られたチーズの方がずっと味はまろやかで、一般的によく言う「**食べやすい**」チーズになるんですね。



plateau de fromage

うーん、
おいしそうですね

え。フランスではクリスマスや誕生日会など大勢の人を招くFÊTE（パーティ）時に、よくplateau de

fromage

をチーズ屋さんで注文してワインと一緒に楽しめます。チーズ専門店に行けば、場所によるかもしれませんが、大抵サービスで写真のような盛り合わせを作ってくれます。これが食事の締めにあつと出されたら、食卓が一気に華やかになると思いませんか？

因みに写真に写っているチーズの説明を時計回りにしますと・・・

左上の白いものはコルシカ島の羊のチーズbrocciou
(**ブロッチウ**)。これはすごくあっさりしたチーズですので、サラダと一緒に食べると相性抜群です

その右隣の二等辺三角形の形をした黄色いチ
ーズがcantal (**カンタル**)。Auvergne (**オーヴェルニュ**)
産の牛のミルクを使ったチーズです。食感がボソボソしているのが特徴で熟成(カーヴで寝かす
期間)が若いものだと甘みもほんのり実感でき、熟成の期間が長くなるにつれてどんどん鯉節の
旨みのような味が出て来ます。これはキッシュに入れてもあっさりとして美味しいし、ほくほく
のじゃがいもの上に一切れ乗せ、シンプルにオープンで焼いていただいてもすごく美味しいです
よ。

その右の丸いブルーチーズがfourme d'ambert
(**フルムダンベール**)

。これまたAuvergne産の牛のミルクが使われており、いわゆる青かびチーズの分類に入ります。
ブルーチーズの中でも割合食べやすい方です。ブルーチーズソースにはもってこいですね。日本
だと同じ青かびの、羊のミルクで作られているロックフォールは値段が高いため、このフルムダ
ンベールを使うのもお勧めですよ。

その次のピラミッド型のチーズがValençay (**ヴァロンセ**)

。berry地方のヤギチーズです。フレッシュなものだとまだ酸味が残し、触った感じが弾力をも
っていたら、中はしっとりあっさりした味です。でも熟成すればするほど硬くなり、水分が抜けて
くるのでその分味はギュッと引き締まり旨みが凝縮されます。料理法もフレッシュな場合にはサ
ラダ、しっとりしてきたら熱で溶かしてあげる、そして硬くなってきたらパスタ等に粉チーズの
要領で振りかけてあげても良いですね。

その左の四角いチーズはpont-l'évêque
(**ボンレヴェック**)

。Normandie産の牛のチーズです。しっかりとしたもっちりもちの弾力が特徴の食べやすいチ
ーズです。外皮は取っても取らなくてもお好みで召し上がれます。この弾力を生かし、溶ろけるチ
ーズとしてキッシュ等で使ってあげたら特徴が生きてきます。

その左

上の小さいチ

ーズ。見えますか？小さく

て目立ちませんが、実はこれも有名です。pélardon (**ペラルドン**)

というLanguedoc (ラングドック) 地方のヤギチーズです。これもまだ弾力があるうちに食べると
しっとりして食べやすいチーズです。すごく小さいチーズなのですぐに食べれてしまいますね
。一般に臭いがきついとされるヤギのチーズをそのまま食べるのもなあ・・・という方は、蜂
蜜と一緒にすると食べやすくなるので是非お試しください。

最後のチーズです！中央の丸い箱に入ったチーズはいわゆる「ウォッシュチーズ」の王様と言われる、époisses (エポワス)。Marc de Bourgogneと呼ばれるお酒で熟成させたチーズで香りはきついけれど、中はとろっとしてスプーンですくえてしまうくらい。味も香りのわりに食べやすく、病み付きになります・・・。是非赤ワインと共にそのまま味わいたいチーズの一つです。

あとがき

以上、簡単にフランスチーズの紹介をさせて頂きました。機会があれば今度はチーズの歴史等ご紹介させて頂きます。ではチーズ好きの皆様、フランスにいらっしゃる際はぜひ本場のチーズを召し上がるのを忘れないでくださいね。本当に美味しいですよ！

執筆 Yuki

オンラインフランス語学校

ENSEMBLE EN FRANÇAIS

アンサンブルアンフランセ

オンラインフランス語学校アンサンブルアンフランセは、プロの講師によるマンツーマンのスカイプレッスンが1回1500円～受講できます。いつでもどこでも手軽に受講できる利便性と生徒一人一人にカスタマイズされた質の高いレッスンが好評です。

