



VIAGGIO IN ITALY



大森愛子のイタリア紀行
AIKO OMORI PRESENTI

ソムリエ。ワインスクール講師。
世界15カ国以上を旅したのち、何だか面白そうなイタリアに移住。
現在、定職・定住地なし。強運のみを頼りに移動生活を続ける。
旅の最大の目的は、それぞれの国の人人が何を大切にしているのか
を知ること。

2015 18 8.13

黒い食べ物といえば？

「見た目も味のうち」というほど、食べ物の色、料理の彩りは味覚に影響を与えるもの。彩り豊かな食べ物は見た目に美しいだけでなく、色々な栄養素を摂れていることにも繋がるため、中国の陰陽五行の考えでは食べ物を五色に分け、赤・黄・緑・白・黒の食べ物をバランス良く食べるのが良いとされています。

例えば、活力が欲しい、スタミナをつけたいときは、赤身の肉、まぐろ、トマト、いちごなど赤色の食べ物。

食欲がなく、消化を促したいときは、納豆、味噌などの発酵食品、とうもろこし、レモン、グレープフルーツなど黄色の食べ物。



スーパーの野菜売り場はカラフル!



イタリアの野菜や果物は
元気いっぱいで美味しい

気持ちをリラックスさせたいときは、ほうれん草や小松菜、ブロッコリー、ネギといった緑色の食べ物。

抵抗力や免疫力を高めて心身を健康に保つためには、大根、白菜、カリフラワーなどの淡色野菜、ご飯やパン、卵白、牛乳、豆腐など白色の食べ物。

食生活の偏りが気になるとき、身体を健全な状態へと落ち着かせるためには黒色の食べ物。

…と、ここで質問ですが、黒い食べ物と言えば何を思い浮かべますか。

先に赤・黄・緑・白色の代表的な食べ物として例に挙げたほとんどのものは、日本やイタリア、おそらく他の多くの国においても一般的な食品でしょう。世界の多くの人に違和感なく受け入れられている食べ物です。

しかし黒い食べ物となると、私の頭に浮かぶのは、ひじき、昆布、海苔、黒胡麻、黒豆、醤油など、まだ世界中でポピュラーとは言い難い、主に和食に使う食材ばかり。

黒い食べ物と聞いて何を連想するかは、他の色の食べ物に比べて各国での違いが大きいように感じます。



石少糖菓子を扱うコンフェッティア



マジパンで果物を形作った甘いお菓子、
フレッタ・ディ・マーレトーナ

例えばアメリカでの海苔の扱い。

日本では馴染みのある食材ですが、海苔を初めて目にする人にとっては、知らない食べ物、しかも黒いということが不気味に感じるようで、その見た目を嫌ったアメリカ人が海苔巻きの海苔を裏巻きにしてカリフォルニアロールとしてアレンジしたことは有名です。

ここイタリアでもアメリカと同じく海苔は敬遠される傾向にありますが、イタリア人は黒い食べ物だからという理由で抵抗を感じるわけではなく、イカスミ、黒トリュフ、黒オリーブ、バルサミコ酢など、意外にも多くの黒い食材が昔から好んで食されています。

見た目や色が奇妙でも食べ慣れているものには食欲を感じるもので、欧米人からすると黒い紙にしか見えないという海苔や、ネバネバ糸を引く納豆にだってひるまない私、鯛のあら炊きなら目玉は残せないし、豚足だって大好物。さあ何でもかかってこーい…そう思っていた矢先です。イタリアのお菓子屋さんで見かけた黒い食べ物を見て、その姿にぎょっとしたのは。

リクイリツィアが黒すぎる

それを見つけたのは、マロン・グラッセやコンフェッティ（アーモンドを砂糖でコーティングした砂糖菓子）、アーモンド・ペーストから作られるマジパン菓子のフルッタ・ディ・マルトラーナなど、色とりどりの小菓子が並ぶコンフェッティアのこと。

パステルカラーの可愛らしいお菓子が並ぶなか、視界の端で異様な存在感を放つ黒々としたかたまりを見つけたとき、初めは食べ物かどうかそもそも分かりませんでした。ゴムチューブ？まさに初めて海苔を見たアメリカ人の心境。不気味…。

その光沢のある黒い食べ物はLiquiriziaと呼ばれます。リクイリツィアは英語名ではリコリス、リコリッシュなどと呼ばれるスペイン甘草を使ったお菓子のこと。

形は丸やひも状、紐をぐるぐるとうずまきにしたものまで様々ですが、わけのわからない形状、黒光りする見た目から、どうしても食べ物に思えません…。愛らしい見た目のものが多いお菓子界では、あまりにも異質な存在。

とはいえるリクイリツィアは欧米では広く親しまれ、子供から大人にまで人気のある商品。お菓子屋さんだけでなくスーパーやバールにも常備されており、イタリアでは国民的な伝統菓子なのです。



食感は硬いグミのよう。材料もグミと同じく砂糖とゼラチンを使っているため、口に入れると甘いのですが、添加されたリコリスの風味にクセがあるため、好き嫌いが大きく分かれる味わいといえます。リコリスは八角やアニスのような香辛料を思わせる甘い香りがあり、苦手な人に言わせると、「えぐい」「漢方薬くさい」「タイヤのチューブを噛んでいるよう」「不味くて飲み込めない」「気分が悪くなる」そうで、実際に日本では《世界一まずいお菓子》なんて宣伝文句で販売されることもあるほど。

可哀想なりクイリツィア…。

確かに日本ではあまり馴染みがない味なので、一口目は違和感を感じますが、食べ慣れてくると甘エグさがクセになります。日本ではゲテモノ扱いでも、イタリアでは子どもも大人も食べたがる美味しいお菓子。はじめはその見た目を気味悪がっていた私ですが、今ではリクイリツィアにやみつきに。

味の好みは慣れが必要なようで、日本における納豆や梅干しなど、その国では馴染みがあっても、初めて食べる外国人には美味しさが分からないという食べ物はどの国にも存在します。



市販でも見かけるリコリス菓子専門店



ク"ミオリオラニエグ"みを増した味わいのリコリスキャンディーは、喉の痛みや声枯れにも良いとして、健康食品としても好まれています。

異国の味覚を体験できるリクイリツィア、日本でも輸入菓子を扱うお店では見つけることができますので、漢方薬系の味に抵抗がない方はぜひお試しください。

記事の参考にしようと、先ほど開けたリクイリツィアの小袋も気がつけば空っぽ。
今では黒い食べ物といえば、リクイリツィア!と元気よく答えてしまいそうです…。

さらにエグみを増した味わいのリコリスキャンディーは、喉の痛みや声枯れにも良いとして、健康食品としても好まれています。



さっき食べていたリクイリツィア。
Chiocciole=カタツムリ。
少し食欲が失せます。



日本で売られている代表的な
リクイリツィアといえばコレ!