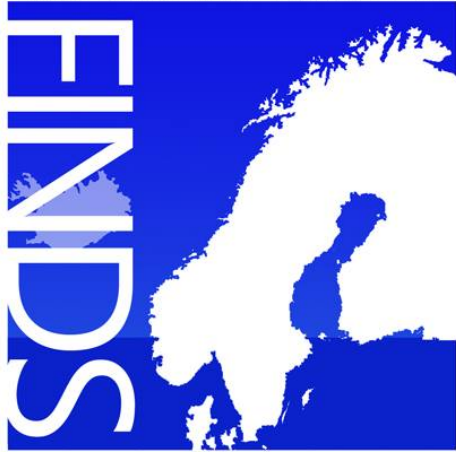




北報 NYT

5 月-料理大会特集

まえがき

皆さんこんにちは！六月になり梅雨の季節…慌ただしく雨が降り、もうすでにアジサイはたくさん花を咲かせています。さて、今回私達「北欧研究サークルFINDS」は、5月31日土曜日に大根公民館で北欧料理大会を催しました!! 北欧料理大会とはデンマーク、フィンランド、スウェーデンそしてノルウェー四か国の家庭料理を実際に作って食べてみようという会です。北欧なのにアイスランドはないんだ…等のツッコミはなしにして、私達が作った料理のまとめを掲載しましたのでどうぞごゆるりとご覧ください!!

フィンランド

料理名： Makkara-peruna (マッカラペルナ)

材料： (20 人分)

- ・ソーセージ 1kg
- ・冷凍フライドポテト 1kg
- ・ディル入りピクルス 290g
- ・玉ねぎ(大) 1個
- ・ハニーor 粒マスタード 適量
- ・ケチャップ 適量
- ・フライド用サラダ油 適量
- ・塩 適量



作り方：

1. ソーセージを斜め切り、油を敷いたフライパンで炒める。
2. 冷凍フライドポテトを170～180度の油で揚げる。揚げたら塩を適量ふりかける。
3. ピクルスと玉ねぎをみじん切りにする。
4. ソーセージとフライドポテトを同じ皿に盛り付け、ケチャップ・マスタード・ピクルス・玉ねぎをトッピングして出来上がり。

ひとこと：



Makkara-peruna はフィンランドのジャンクフードです。現地の言葉で Makkara がソーセージ、Peruna がジャガイモの事を言います。主な材料がじゃがいも（フライドポテト）とソーセージということもあってジャンクフードらしい食べ物ですが、中でもディル入りのピクルスが北欧らしさを感じさせます。今回はすでにみじん切りされたピクルスが手に入らなかったため、皆で頑張ってみじん切りにしました。また、ハニーマスタードの代わりに粒マスタードを使用しました。肝心の味の方はとても好評で、日本人にも好まれる料理であるということがわかりました。作り方もとても簡単で、前記のように材料の代用も出来るので、作ってみてはいかがでしょうか。

デンマーク

料理名： Kylling med aprikospesto og kremet spinat(アプリコットパスタ)

材料： (20 人分)

- ・ パスタ 1.5kg
 - ・ 鳥肉 ひと塊り×15
 - ・ ほうれん草 75g×15=1125g
 - ・ バター 75g
 - ・ 生クリーム 11.25ml
 - ・ 塩コショウ
 - ・ 炒める分のオリーブオイル
 - ・ ニンニク 75g
 - ・ クルミ 15-30g×15=225-550g
 - ・ アプリコットペースト 大さじ 15
 - ・ ドライアプリコット 1-2 個×15=15~30 個
 - ・ エシャロット みじん切りで 5g×15=75g
- ※なければ玉ねぎ



作り方：

1. パスタを茹でる。ドライアプリコットは2～3個に切り分ける。玉ねぎとにんにくはみじん切りに、クルミはパスタに混ぜた時気にならない程度まで砕く。
2. ほうれん草を湯がいて3～4等分位に切る。
3. 鶏肉に火を通し塩コショウを振る(表面が茶色になったら火を弱めて約5～7分炒める)。別のフライパンにバターとオリーブオイルを入れ中火に、ニンニクと玉ねぎを1分炒める。
4. ほうれん草を入れてほどほどに炒められたら、塩コショウと生クリームを投入。1～2分かき混ぜてパスタを入れ、混ぜたらアプリコットを入れて混ぜたら完成。

ひとこと：

デンマーク語レシピから翻訳し始めたのですが、なかなか材料などが分からず苦戦しました。後にデンマーク語レシピがノルウェー語だったというハプニングもありましたが、無事に完成することができて良かったです。メイン料理となった「鶏肉とほうれん草のアプリコットソース」は、味付けが日本人には馴染みのない味の料理でした。本来ならばドライアプリコットの実とペーストを使うのですが、今回は市販のあんずジャムで代用しま

した。ジャム入りのものとそうでないものの2つを作りましたが、ジャム入りは甘すぎて、ジャムの入ってないほうが人気がありました。砕いたナッツの独特の食感があり、北欧の料理は日本にはない味付けや材料を体験し、新しい驚きと発見がありました。

スウェーデン

料理名： Fisksoppa(魚のクリームスープ)

材料： (20 人分)

・シーフードミックス	1000g
・リンゴ	2 個
・にんにく(みじん切り)	5 片
・しょうが(すりおろし)	大匙 2、3
・バター	100 g
・水	2500ml
・トマトペースト	大匙 5
・ブイヨン	10 個
・牛乳	1000ml
・小麦粉	大匙 7.5



作り方：

1. 玉ねぎ、にんにく、リンゴをみじん切りにする
2. 鍋にバターを油の代わりにしいて中火で1の材料をしんなりするまで炒める
3. しょうがをすりおろし、鍋にしょうがとトマトペーストを加える
4. 鍋に水とブイヨンを加え、5分間煮込む
5. 牛乳と小麦粉を混ぜ合わせてから鍋に加え3分間煮る
6. シーフードミックスをスープに加える
7. 鍋の火を止め、蓋をして余熱で5～10分くらい火を通す

ひとこと：

少し変わった風味のクリームスープです。本来はお好みで魚や貝を使用しますが、今回はシーフードミックスで代用しました。器のせいでぱっとみお吸い物のような雰囲気になってしまったのが残念です。

ノルウェー

料理名： Diplomat-pudding(外交官のプリン)

材料： (4人分)

- ・ホットケーキ 100g
- ・バナナ 1/2本
- ・ワイン 大さじ1
- ・①牛乳 4dl /砂糖 65g /全卵 2個 /バニラエッセンス



作り方：

1. ①を混ぜる
2. 型にホットケーキをちぎって敷き詰め上にバナナを薄く切ったのせる
3. 混ぜた①を流し込んでワインを入れる
4. オーブンを予熱し天板に半分ほど水をはる
5. 型をオーブンにいれ[150℃][50min]で完成。



ひとこと：

Diplomat pudding(ディプロマツプディング)はノルウェーで、主に来客時などの特別な場面で出されるデザート料理です。ディプロマツトとは「外交官」という意味ですが理由ははっきりとはわかっていないそうです。デザートですがワインが入っているためか甘すぎず、作り方もシンプルで、約1時間で作ることが出来ます。今回のレシピではドライフルーツをバナナで代用しました。味の評価は今回の料理大会唯一のデザートということもあってかとても好評で、すぐに無くなってしまいました。お勧めの一品です。

発行者：東海大学北欧研究サークル FINDS

発行日：2014年7月22日

無断転載禁止