# 私のおいしい「スペイン」

## 魚介のパエーリャ Paella de marisco



http://www.lifegate.it/app/uploads/PaellaDeMariscosBrillante\_7.jpg

材料(4人前):米2合、鶏肉(骨付き)8切れ、エビ8本、イカ 1杯、ムール貝(アサリで代用)適宜、野菜(インゲン、タマネギ、トマトなど)適宜、ニンニク1片、オリーブオイル、サフラン1つ まみ、塩、レモン

### 魚介のパエーリャのレシピ RECETA DE PAELLA DE MARISCO

- 1. 浅めの平鍋にオリーブオイルを入れて熱す る
- 2. ニンニク、タマネギ、トマトを入れ、炒め る
- 3. 鶏肉を加え、塩少々をふる
- 4. イカを入れて軽く炒めたら、オリーブオイルを足してから米を入れる
- 5. 米が少し透き通るまで炒めたら、エビなどのゆで汁に湯を足して加える
- 6. サフランを加えた後、貝、エビ、インゲン などを加える
- 7. 蓋はせずに沸騰するまで炊く
- 8. 水が引いてきたら味見し、米が「アルデンテ」の状態で火を消す。10分ほど蒸らして出来上がり。

# スペインの食文化 Gastronomía de España

写直はすべてWikimedia Commonsより引用(写直を撮る前に食べてしまうゆえ)

北東部カタル―ニャ地域の名物。「フランス料理」に同じものがあるけど気にしない。

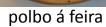


crema cremada



tortilla (española)

pintxos



北西部ガリシア地方の名物料理。冷凍技術が発達する前は柔らからまるための下準備として立つ深通りなる場合にしていた。これ

いわゆる「スペイン風オムレツ」。フォークの前衛的配置がグッド。

### パエーリャについて

# Sobre el plato...

スペイン・バレンシア州出身のテニス選手、 ダビド・フェレールの好物はこのパエーリャ だそうだ。しかし、おそらく日本で一番有 名なスペイン料理である「バレンシア風パエー リャ」は、実はバレンシア本来のものでは なく、1960年代以降、国策として推進され たツーリズムのなかで創造された「国民料 理」である。 (詳しくは推薦図書を参照)

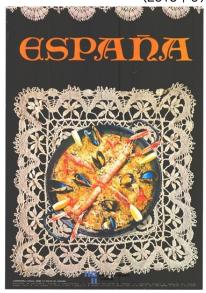
そもそも、「パエーリャ」はバレンシア語 (カタルーニャ語) でフライパンを指すのだ から、この名はより広く、様々な米料理の 総称として捉えられるべきなのかもしれな い。その地理的な視野も、スペインの「国 民食」という枠を超え、イベリア半島に稲 作をもたらしたアラブ世界とのつながりが 注目されるべきだろう。米(arroz)はもち ろんアラビア語のアルズ(シット)から、サフ ラン (azafrán) だってザアファラーン (川道) からスペイン語に、さらにギリシ ア語(κρόκοσ)を除くほぼすべてのヨーロッ パ語に入っているのだ。

はじめて黄色に染まった米を見た者の口 を開けたであろう驚きは褪せ、われわれは 「スペイン料理」に舌鼓を打つ。美味けりゃ まぁいいか。

# くにについての基本情報 Sobre el país…

人口	4,651万人
面積	504,782km²
首都	マドリード
公用語	スペイン語と その他地域公用語
通貨	ユーロ
EU加盟	1986年1月1日

(2015年6月現在)





# 自己紹介 Mi perfil

### 名前

上野貴彦

### 所属・学年

社会学研究科修士2年(国際社会学・テーマは南欧と移民)

#### スペイン滞在歴

マドリードに5週間、バルセロナに6週間