



# World's Soup

次に日本で流行るスープはどれか？

ヨーロッパ編

## **Scotch broth** (スコッチブロス 英国スコットランド)

本家スコットランドの伝統的な具沢山スープです。大麦に野菜、羊肉などを混ぜて、とろ火でコトコト煮込んだ素朴なスープ。

👉 ブロスと名のつくものは、とろみのない澄んだスープのこと。

👉 大麦は食物繊維がとても豊富で、しかも水溶性・不溶性2種類がバランス良く摂取できます。



## **soupe à l'oignon gratiné** (オニオングラタンスープ フランス)

フランスと言えば、コンソメ・ブイヨン発祥の地で、スープは一品で「完成された料理」として出てきます。ポトフやブイヤベースが有名。これは、フランスの玉ねぎの一大産地リヨンの名物のオニオンスープがパリへ行ってグラタンになったといわれている。



## **La garbure** (ガルビュール フランス)

フランス南西部、スペインとの国境付近ベアルヌ地方のキャベツと豆を主とした野菜スープ。

家庭により、作り方は様々だが、透き通ったスープに野菜を具たくさん入れること、出汁は生ハムか鴨のコンフィの脂から取ることは必須。

👉 煮込みを意味するスペイン語「ガルビアス garbias」からきている。

👉 「コンフィ」とは、冷凍技術のなかった頃、加熱後にそのまま冷やし、固まった脂肪で肉を完全に覆うことで保存食としたことが発祥。低温の油で煮ることで肉汁を逃さず加熱できる。



ファインフーズの「直火香味油コンフィ」なんていかが？

## **Spargel suppe** (シュパーゲルスープ ドイツ)

有名な「ツヴィーベルズuppe」はコンソメで作るオニオンスープでフレンチオニオンスープが元だそう。

ホワイトアスパラを余すことなく使うこのスープ。

具材としてはもちろん、剥いた皮から出汁を取り、ホワイトソースに混ぜる。



👉 シュパーゲルはホワイトアスパラのこと。4月～6月にしか採れず、色々な料理に使われる。


👉 日本では緑色のアスパラが主流だが、ドイツではホワイトアスパラが主流。



## **Erwtensoep** (エルテンスープ オランダ)




Spliterwten (乾燥グリーンピース) を基本とし、セロリも入っているため、緑色をしている。野菜類、オランダ製ソーセージなどを全て 1cm 角に切りコトコト煮込む。とろっとシチューのようになれば完成。

 Erwten は、「豆」という意味。

## **Ribollita** (リボッリータ イタリア)

乾燥白インゲン豆と、黒キャベツの他、野菜類などで作るごった煮。そこに、固くなってしまったパンを鍋に敷き詰めて、一晩置き、次の日に再び加熱して食べます。




 名前の由来は、「再び (リ) 煮た (ボッリータ)」ですが、レストランでは 2 度目はオーブンで焼くそう。

## **Zuppa di Finocchio** (フェネルスープ スウェーデン)



日本では「ういきょう」と呼ばれる野菜、「フェネル」を使った、コンソメ味やクリームポタージュのスープ。


玉ねぎのような、セロリのような甘い味がします。


 フェネルは、セリ科ウイキョウ属の野菜で古くからハーブとしても利用されてきた。胃腸を整える作用があり、日本で市販の整腸剤にも使用されているそう。












## **Рассольник с грибами** (ラッソーリ尼克・ス・グリバーミ ロシア)

塩漬け発酵野菜を入れるスープ。その漬け汁による酸味と、肉のブイヨンのコクを堪能できる。とろみが出る大麦 (玉麦) を入れる。

 漬け汁も使用するので、甘酢漬けは合わない。

 ロシアでは、キャベツの塩漬けが出てくることが多い。



  
 ヨーロッパのレシピを見ると、豆を使ったスープが多いことに気付く。  
 気になるので、早速調べてみました！ヨーロッパ、一人あたりの豆年間消費量！  
 ヨーロッパトップ3は、イタリア 5.5kg、ギリシャ 4.6kg、スペイン 4.4kg。  
 イギリスは 3.0kg、その他平均 0.6~2.0kg でした。日本は、年間消費量 1.9kg。  
 あれ？大差なし？と思いきや、日本では、「大豆」の消費量が断トツ (約 9 割) で、  
 しかも、その内約 8 割がサラダ油、醤油や味噌、豆腐などに加工されているので、  
 「豆」自体が食卓に上ることは少ないことがわかりました。(出典:農林水産省)  
 ということで豆のまま食べるのは、やはりヨーロッパの方が多結果になりました。  
