

# ヨーロッパの熟成チーズの源流をルーマニアに訪ねる

## 山岳地帯の移牧民が育ててきた食の文化

帯広畜産大学地域環境学研究部門准教授 平田 昌弘

ヨーロッパの東部に位置するルーマニア。カルパチア山脈が中央を走り、かつて移牧民の人びとが羊やヤギを連れてエーゲ海や黒海まで移動していました(写真1)。カルパチア山脈はチェコ、ポーランド、ハンガリーにも伸びるヨーロッパ東部の一大山脈です(図)。このカルパチア山脈を通じて移牧民の人びとが、古くから広く文化交流してきました。そして山岳地帯での食料確保のため、移牧民がチーズ文化を育ててきました。ヨーロッパで開花する熟成チーズの源流を求め、ルーマニアを訪ねました。(著者)

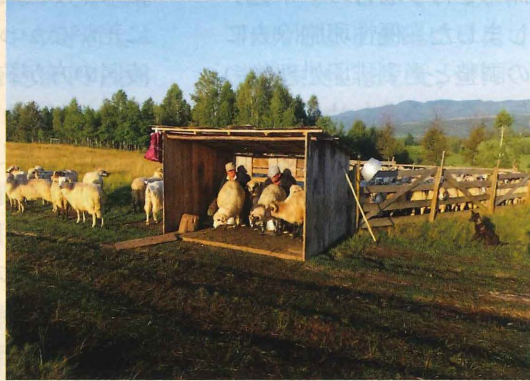


写真1 羊・ヤギの搾乳。搾乳場の背後に羊・ヤギを集め、搾乳が終わると、次の個体が顔を出す仕組みになっている。右に牧羊犬、奥にカルパチア山脈の山々、木を切り倒して開拓した草地が広がる

図 ヨーロッパの国々・山脈とルーマニア

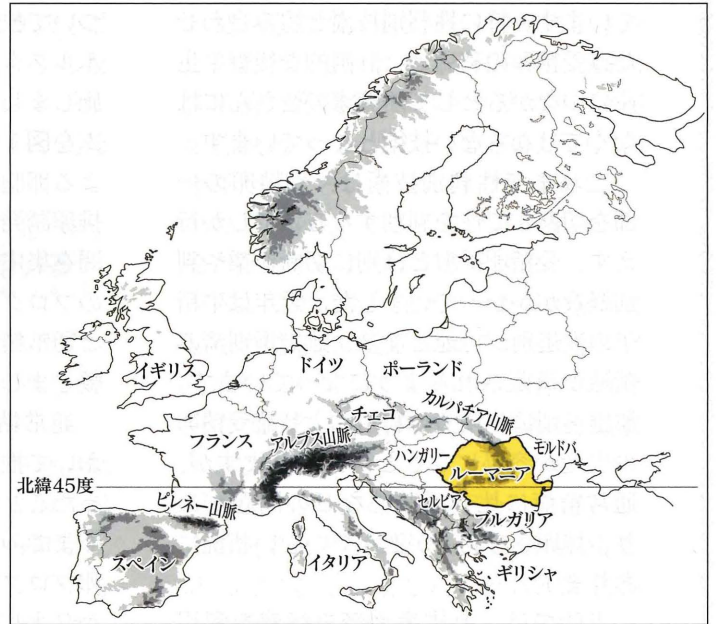


写真2 ルーマニアを代表する2種類のチーズ。黄色いブルンザ・デ・ブルドフ(左)と白いテレメエ

### フレンドリーで食いしん坊な人びと

ルーマニアの国土面積は日本の6割ほどで、緯度はちょうど北海道くらいです。山岳地帯では家畜の飼養(乳生産)や果樹栽培、北部のトランシルバニア台地(元々は「木で覆われた土地」の意)やモルドバ台地、黒海沿岸ではワイン生産が盛んで、南部のルーマニア平原では農作物が豊かに実ります。このような豊かな食料、そして金などの地下資源を求めローマ帝国、トルコのオスマン帝国、ドイツのハプスブルグ家、隣国のハンガリーやオーストリアがルーマニアの地を征服してきました。ルーマニアはイタリアやフランスと同じラテン語系の言葉話すルーマニア人が大多数を占

めますが、今でも多民族国家です。ルーマニアは数々の戦争を経てきましたが人びとは外国人にとっても開放的で、そしてとても親切です。もてなしが厚く、人との関係を大切にします。筆者が訪問した際も丁寧な説明とチーズで歓迎してくれました。キリスト教の東方正教を信奉する食いしん坊な人たちでもあります。

ルーマニアの乳文化を紹介していきます。隣国のブルガリアではたくさん食べるヨーグルトが重要な食材となっていました(本誌2014年4月号参照)、ルーマニアでは影を潜めます。その代わりチーズが大変重要な乳製品になっています。

### 代表的な2つのチーズ ブルンザ・デ・ブルドフとテレメエ

ルーマニアでは多種のチー

ーズをつくっていますが、ここではレンネットを使った2つのチーズについて触れます。ブルンザ・デ・ブルドフとテレメエです(写真2)。ブルンザ・デ・ブルドフは熟成チーズ、テレメエはフレッシュチーズもしくは熟成フレッシュチーズに相当します。ルーマニアを代表するチーズです。

凝固剤には子畜の第四胃を使います(写真3-1)。羊、ヤギ、牛のまだ草を食べ始めていない、ミルクのみを哺乳している子畜の胃を利用するといいます。子ウサギの胃でもいいといいます。取り出した第四胃を洗わず、その中にミルク少々と塩一握りを加えてよく混ぜ合わせます。そのままつり下げて乾燥させます。写真3-2はその胃の中を拡大して写したものです。胃の内容物が粒状になり、塩が析出しています。よく見ると虫も混入していますが、移牧民のびとはあまり気にしてい



写真3-1 子畜(写真は羊)の第四胃を用いた凝固剤レンネット。チーズづくりに必要な時まで乾燥保存しておく



写真3-2 第四胃の中身

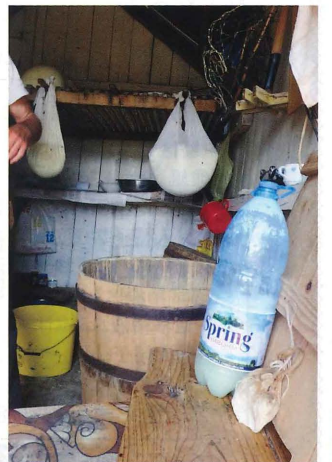


写真3-3 第四胃からレンネットを浸透させた溶液(ペットボトルの中)の白濁した液体



写真4 凝乳剤を加えて凝乳をつくる。ルーマニアでは、木桶(きおけ)と攪拌(かくはん)棒を使う



写真5 凝乳を10日ほど静置する木桶。木桶の中に凝乳の塊を5、6個ほど積み重ね、重し代わりにしてホエーの排出と熟成を進める

て凝乳をつくります(写真4)。凝乳は布袋に入れて1日ほどつり下げて脱水します(写真3-3の奥に、凝乳が入った白い布袋がつり下がっている)。凝乳を成形

しません。凝固剤として用いる場合は、内容を少々取り出し水と混ぜて利用する、もしくは胃を丸ごと水の中に1日漬け、その抽出液を利用します(写真3-3)。ここで取り出した抽出液は、夏の間ずっと使えるといいます。

生乳を無殺菌のまま、この凝固液を加え

し10日前後そのまま静置し、凝乳からホエーを抜くとともに熟成を進めます。静置中は凝乳を5、6個積み重ね、重しの代わりにします(写真5)。その後、手で1cmほどに細かく粉碎し、塩と混ぜ合わせ、羊の革袋に詰め込みます。ここでできたチーズがブルンザ・デ・ブルドフです(写真6-1)。ブルドフとは「羊の革袋」を指します。今では牛や豚のぼうこう、ナイロンバッグも使われています(写真6-2)。また1cmほどに粉碎した凝乳を熟成のために静置せず、すぐに塩水に漬けてつくったチーズがテレメエです。すぐに食べる一方、塩漬けて味が落ち着いてから食べたりもします。

ブルンザ・デ・ブルドフは、フランスのカantalなどの洗練された熟成ハード系チーズのつくり方とよく似ています。凝乳を加圧して徹底的にホエーを排出し、凝乳を細かく粉碎して塩と混ぜ合わせるのが特徴です。テレメエはギリシャのフェタ、イタリアのトゼツラ(本誌2015年11月号参照)などのように、地中海沿岸域に共通して見られるチーズです。つまりルーマニアではアルプス以北の熟成ハード系チーズに連なる技術と、アルプス以南の熟成フレッシュチーズの加工技術とが混在していることとなります。熟成フレッシュチーズは、恐らく「山のチーズ」(本誌2015年10月号参照)などの熟成ハード系チーズに発展していくことになります。



写真6-1 ブルンザ・デ・ブルドフを入れる羊の革袋



写真6-2 牛のぼうこう(左上)や豚のぼうこう(右上)の他ナイロンバッグ(下)も使われる



写真7-1 すぐに用意できるおもてなし料理。主人がおもむろにパンを切る



写真7-2 左からハム類、テレメエ、トマトとパプリカとパン(上)が食卓に並び

このようにヨーロッパ東部のルーマニアではヨーロッパの熟成チーズ加工の土台となったと思われる加工技術が今でも実践されており、ヨーロッパの熟成チーズの本来の姿を見ることができます。ヨーロッパ熟成チーズの原初形態が残っている、それがルーマニアです。

まずはチーズとパンがあれば人をもてなせるという農民の家を訪ねました。ほんの短い訪問のつもりでしたが話すうちに意気投合し、昼食をごちそうになりました。主人が、おもむろにパンを切り始めます(写真7-1)。庭からトマトとパプリカをもいできます。半地下から野イチゴのジャム、ベーコンやサラミなどのハム類を取ってきて、そして熟成フレッシュチーズのテレメエをテーブルに並べてくれます(写真7-2)。チーズとパンがあれば食事になるのです。既に調理してある料理を取り出し、切り分けるだけだと主人は笑って応えます。私たち日本人は突然のお客さんに、このようなおもてなしができるでしょうか。チーズがある風景はなんとも便利でステキです。

## 移牧民の食はチーズとママリガ、そして蒸留酒ツイカ

標高1500mほどにある移牧民の夏の放牧地を訪ねました。移牧民の食はトウモロコシの粉を練ったママリガ、それにチーズだといいます(写真8)。かつては毎日3食3度、ママリガとチーズを食べたといいます。写真8の中央に見える黄色の大きな塊がママリガです。鍋で煮るため、写真のような形状になっています。これとチーズやハムを食べながら食事です。キリリと辛い玉ネギを添えれば食が進みます。そして食事のお供に蒸留酒のツイカです。ツイカはアンズを原料にしたアルコール度数40%ほどのお酒です。

チーズとママリガとツイカ、それぞれが味を引き立て調和しています。高原の美しい草地の中で人情を感じながら、移牧民の食事を一緒に食べていると、まるで天国に



写真8 移牧民の基本的な料理。中央の黄色い円形の食べ物がママリガ。左にテレメエ、右奥にハム類、右手前にトマトと玉ネギ



写真9-1 移牧民のごちそうブルズづくり。ママリガでブルンザ・デ・ブルドフを包み込む



写真9-2 適度に焼き上げる

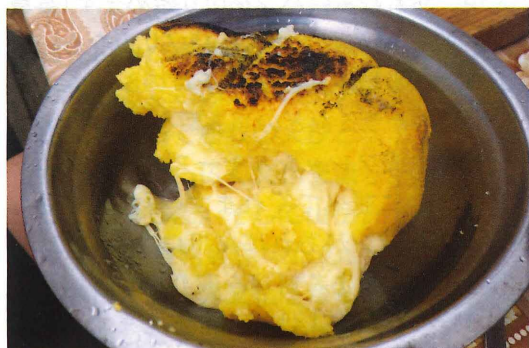


写真9-3 出来上がったブルズ

でもいるような幸せな気持ちになってきます。

## ブルズ、移牧民にとっておきのごちそう

移牧民の人びとは、また、とっておきのごちそうもつくってくれました。ブルズと呼ばれるママリガとブルンザ・デ・ブルドフを使った料理です。ママリガを手のひらに乗せ、くぼみをつくって、その中に熟成チーズのブルンザ・デ・ブルドフをつぶしながら埋め込んでいきます(写真9-1)。これを焼いて出来上がった食べ物がブルズです(写真9-2)。割ると、ブルンザ・デ・ブルドフが溶けて糸を引きます(写真9-3)。

なんともおいしそうです。焼いたトウモロコシのママリガが香ばしく、とろけるチーズと絡めながら、温かいうちに食べます。やはり、ツイカは欠かせません。家畜を飼う民は利用可能な食材を活用し、飛び切りおいしい食べ物をそれぞれの場所でつくり出してきました。ブルズも世界に誇れる料理でしょう。食べてみたい方はモッツァレラやラクレットなど加熱したら伸びるチーズで代用し、ぜひ試してみてください。トウモロコシの代わりにジャガイモやコメでもおいしそうです。ピクニック時の野外料理に利用しても大ウケ間違いなしです。

## ミルクのあるレストランの風景

レストランで料理を注文すると、まずはサワークリーム(写真10)とパンが出

てきます。サワークリームは好みでスープに入れたりするのですが、注文した料理が来るまでパンにサワークリームを付けながら、おしゃべりを乐しみます。料理が運ばれるまで30分は待つことになりませんが苦になりません。

サラダにはチーズが添えられることも多くあります(写真11)。食べやすいように角切りにして添えます。写真11のチーズはテレメエ、右側の茶色はナスを焼いてほぐした料理です。フレッシュな味のテレメエと野菜とがよく合います。テレメエの白色は見た目にもきれいです。

メイン料理にはチーズがさまざまに使われています。写真12はママリガにテレメエを削って掛け、その上からクリームを合わせた料理です。味は想像できそうですね。いずれも重い食材ですから、とても辛いトウガラシのピクルスがよく合います(写真



写真10 レストランで料理を注文するとまずはサワークリームが出てくる。料理が運ばれて来るまで待てない場合、サワークリームとパンを食べていてもよい



写真11 チーズはサラダにも乗る(左端の白いチーズがテレメエ)。サラダにはフレッシュ系のチーズがよく合い色合いもいい。チーズがサラダのアクセントになっている

10はクリームにトウガラシが添えられている)。オムレツにもチーズを削って振り掛けます(写真13)。写真13のチーズはテレメエで、テレメエのフレッシュさを楽しみます。ブルンザ・デ・ブルドフを削って掛けると、料理にコクを添えます。写真14はパパナシと呼ばれるスイーツです。ドーナツにジャム、クリームが掛かっています。ドーナツがアツアツなので、ジャムもクリームもとろけて、とてもおいしそうです。

このようにルーマニアではチーズやクリームは主要な料理の食材となり、サラダやデザートにも味わいや彩りを与え、食事に全般的に利用されています。チーズを削って振り掛けるのはオムレツやトウモロコシだけでなく、魚やマメ、コメの料理などにもいろいろ応用できそうです。料理を出すまでの時間、サワークリームを出してお客さんに楽しんでいただくのもオシャレです。

今回はルーマニアのチーズ加工法とその利用法について紹介しました。日本での新しい乳文化創造のアイデアが満載です。



写真12 削ったテレメエとサワークリームを掛けてママリガを食べる



写真13 オムレツにも削ったチーズを掛けて食する。チーズが料理に楽しみとおいさを添える



写真14 デザートのパパナシ。ドーナツにジャムとクリームが掛かっている