



イタリアの食の首都

ボローニャは豊かな食文化で世界的に知られています。この都市は、前回（2023年12月号）お伝えしたように、“La Grassa”（肥満（美食）の街）という愛称でも親しまれており、その愛称の通り、濃厚で食べ応えのある料理で有名です。

ボローニャを州都とするエミリア・ロマーニャ州には、肥沃な土壌が広がっています。したがって、この地域では昔から農業が盛んで、様々な種類の野菜や果物の生産が行われ、新鮮な食材が豊富にあります。こちらの食文化では、地元で生産された新鮮な食材の使用が重視されます。

また、エミリア・ロマーニャ州は、パルミジャーノ・レッジャーノやバルサミコ酢など、世界的に有名な製品の産地としても知られており、これらはボローニャの食文化の豊かさに貢献しています。

ボローニャの食の中心は、シンプルながらも風味豊かな地元の食材を使った料理です。フレッシュなパスタはこの地域のシンボルとも言える存在です。ここでは、ボローニャの伝統的な料理をいくつか紹介したいと思います。

・タリアテッレ・アル・ラゲー

ボローニャを代表するパスタ料理。ボローニャといえば、まず思い浮かぶのが、いわゆる「ボロネーゼソース」です。本場のボロネーゼソースは、日本で一般的に知られているトマトベースのソースとは異なり、肉を主体とした濃厚で深みのある味わいです。このソ

ースとタリアテッレ（平たい麺）を使ったタリアテッレ・アル・ラゲーは、ボローニャの食文化の真髄であり、是非味わってほしい一品です。



・ラザーニェ・アル・フォルノ

層になったパスタの間にラゲーソースとベシャメルソース、チーズを挟んでオーブンで焼き上げた料理。これを食べるたびに昔見たあるアニメを思い出します。主人公の仲間の大好物がこれで、実に美味しそうに見えたものです。ボローニャ地方のものは特にクリーミーで濃厚な味わいです。



・トルテッリーニ・イン・ブロード

小さな肉詰めパスタを鶏や牛の出汁で煮込

んだスープ料理。寒い冬の日には温まる一品です。また、クリスマスの日の定番料理です。



ボローニャは、肉料理や豚肉の生産地としても有名で、豚肉を使ったサラミやハムなどの加工肉製品は高く評価されています。モルタデッラは、ボローニャの代表的な加工肉食品です。豚肉に小さな脂肪の粒を混ぜて香辛料で味付けした後、加熱、熟成して作られます。薄くスライスしてそのまま食べたり、パンに挟んで食べたりするのが一般的です。是非、ワインのお供に。

エミリア・ロマーニャ州は、優れたワインの産地でもあります。特に、赤の微発泡ワインのランブルスコのような地元のワインは、地元の料理との相性抜群です。食事をする際には、地元のワインを料理と共に楽しむことで、より一層の味わいを堪能することができます。

食後には当然、デザートです。こちらの人々は、食事の最後にデザートを楽しむことを特別な瞬間と考えています。そして、ボローニャは、デザートに関しても多様で魅力的な選択肢を提供しています。ボローニャのデザートは、地元の食材を使用し、伝統的なレシピに基づいて作られ、その味わいはシンプルながらも深い満足感を与えてくれます。ジェラートも忘れてはいけません。ボローニャには独自のレシピでジェラートを作る店が多く、様々なフレーバーを楽しむことができます。

す。この時期、夜の11時ごろに賑わっている店といえば、飲み屋さんかジェラート屋さんです。



ボローニャの食文化は、その深い歴史、豊かな地元の食材、そして世代を超えて受け継がれてきた伝統的な調理法によって支えられています。この地でしか味わえない独特の料理を通して、ボローニャの人々は自らの文化とアイデンティティを祝い、また訪れる人々を温かく迎え入れています。ボローニャを訪れた際には、是非ともその豊かな食文化を堪能してみてください。

ちなみに、成人して以来ほぼ一定に保たれていた私の体重はボローニャに来てから5～6キロ増えました。肥満の街、ボローニャの面目躍如といったところでしょうか（でも、ボローニャの人々にすれば、5～6キロの増加でおさまっていることは大健闘のようです）。

著者紹介



宮垣 文晴
(みやがき たけはる)

日本弁理士。
2015年に新樹グローバル・アイピーに入所。2016年よりボローニャ在住。
2004年に知財分野のキャリアをスタート。機械、電気電子、ソフトウェア分野の特許出願及び中間処理、クリアランス調査、無効資料調査、鑑定等を担当。
立命館大学大学院修了。専門はロボット工学。