

食から

みえる
こと

| Vol. 35 |

炭火で豪快、イタリアのお肉のごちそう

ジュージューと香ばしく焼ける牛肉。やはり「ごちそう感」たっぷりの食材ですね。

牛は個体も大きく、飼育期間も長いいため、牛肉はどうしてもほかのお肉より高価になりがち。それだけに、「ハレ」の日の主役にふさわしい、まさに「気分が上がる」メニューになります。牛肉の好みは人それぞれ。さしの入ったやわらかでリッチなお肉が好きな方もいれば、赤身のあつさり肉にこだわる方もいます。

T・ボーンステーキは、ステーキの花形。まさに「ごちそう」。T字型の骨をはさんでヒレとサロインがついている部位で、両方のおしさが味わえます。

特にイタリア、トスカナ名物の「ビステッカ・アツラ・フィオレンティーナ」（フィレンツェ風ビーフステーキ）は有名です。

使われているのは、キアーナ渓谷に由来するキアーナ牛。世界で最も大きな牛の品種で、体重は一般の牛の倍近い1200キロほど。

その白い姿と大きさのため、ローマ帝国時代には、神への捧げものにも使われていたとか。

そして大きいだけでなく、成長が早いのが特長です。普通の肉牛は25カ月程度まで育てますが、キアーナ牛は15カ月から17カ月で出荷されます。脂肪が少なく、やわらかな肉質です。これを骨もろとも4〜5センチ厚さのぶつ切りにして、炭火で焼きます。だから注文は重量で、最低でも約1〜2キロから。さすがに2名でシェアすることが多いですが、赤身であつさりしているので、女性の私でもペロリといただけます。

フィレンツェの名店のシェフは、人差し指から小指までをそろえて、「いい!? 指4本の厚さが必要だ。これより薄くちや、ビステッカとはいわないんだ。そして画面10分ずつ、真っ赤におこした炭火で焼く。表面だけ焼き固め、中身は『アレ・サングレ』といわれる、ほとんど生の状態にするんだ。味つけは、塩、こしょう、オリブオイルをかけるだけ。肉のうまみをシンプルに味わうんだよ!」と熱弁がとまりません。

「ビステッカ」の名店は、どこも店内をのぞくと、炭が赤々と燃える焼き場があります。

もつとも、キアーナ牛は希少肉なので、フィレンツェのステーキ店でも、いつもあるとは限らないようです。機会があったら、ぜひ召し上がってみてください。

洋風刺し身の定番ようになった「カルパッチョ」も、実はルーツはイタリアの牛肉料理。こちらの発祥はベネチアです。ベネチアの有名レストランのオーナーが「赤身のお肉を少し食べたい」という顧客の女性のリクエストに応えて考案したメニュー。トリミングした生の赤身の肉をオーブンシートではさみ、たたいて極薄にのばして皿に広げ、クリーミーなマヨネーズ状のソースをかけたもの。メニュー名を問われて、鮮やかな赤の色使いが特徴の、ベネチア出身のルネサンス期の画家の名前をつけました。今ではいろいろな素材で作られるカルパッチョですが、もともとのネーミングは、牛肉の赤い色がルーツなのです。

まさに牛肉は元氣の出るごちそうですね。

江上栄子 Eiko Egami

江上料理学院院長。料理研究家。フードコンサルタント。実家は佐賀県有田焼の窯元「香蘭社」。青山学院大学英文科卒業。パリのル・コルドン・ブルー料理学校卒業。世界60カ国余りを訪ね、家庭料理の研鑽を重ねる。フランスチーズ鑑評騎士の会東京支部理事長を務めるなど諸外国との関わりも深く、2002年フランスの農事功労章シュバリエを受章。2017年同オフィシエを受章。2015年1月、米農務省の「米国農産物貿易の殿堂入り」を果たし、ケネディ大使の表彰を受けた。外食産業や食品会社の顧問としてフードビジネス全体に携わる。2024年「食品産業功労賞」受賞。テレビや講演、雑誌などで幅広く活躍中。

