

ポルトガルを味わう時間

について

ポルトガルを味わう時間

地元の人と一緒にポルトガルの名物料理を楽しむ

ポルトガルを訪れば、あらゆる人の舌を満足させる多様な料理、ワイン、地酒を堪能することができます。しかし、それらを楽しむのはレストランだけではありません。本当の経験をするためには、地元の人が行くところに行かなければなりません。カフェ、タスカ（居酒屋）、パステリア（お菓子屋）、ワインバー、市場、そしてお祭りや野外イベントの際には、いわゆるフードトラックに注目することをお勧めします。

ビファナ（豚肉のサンドイッチ）、プレゴ（牛肉のサンドイッチ）、ボン・コン・チョリソ（チョリソーのパン）ポルトの有名なフランセジーニャサンドイッチ、またはバイラーダ産の爽やかなスパークリングワインと一緒に食べるといつもよりおいしいサンデス・デ・レイタオン（子豚のローストサンドイッチ）など、伝統的なサンドイッチを味わうことができます。また、ポルトガルのカフェでは、パステル・デ・バカリャウ（タラのケーキ）、リッソイス・デ・カマロン（ポルトガル風エビのターンオーバー）、クロケット（コロッケ）などのサルガドス（おいしいお菓子）も味わえます。人気の聖人祭りの間、特にリスボンやポルトの古い地区では、パンの上に乗せた焼きイワシやカルド・ヴェルデスープ、ワインやビールと一緒にぜひお試しください。絶対にお勧めです！



Bifana Vendas Novas@shutterstock_ATGVNatalia Mylova

ポルトガルの夏には、サラダ・デ・ポルヴォ（タコのサラダ）、アメイジョアス・ア・ブリャオン・パト（アサリ）、ピカパウ（ニンニクに漬けた小さな肉の塊）、チョコフリト（揚げたイカ）、そして最後になりますが、おそらくもっと風変わりなカラコイスなど、いわゆるベティスコ（シェアするために作られるさまざまな小皿料理）が欠かせません。カラコイス（小さなカタツムリ）とカラコレタス（大きなカタツムリ）は、風味豊かなハーブのスープに浮かべて出され、とてもおいしく、通常はバターを塗ったトーストしたパンのスライスが添えられます。



Caldo Verde ©shutterstockGVNatalia Mylova

また、夏のビーチでは、「oh'á a bolinha（ベルリン人はここにいる）」と叫ぶ売り子の声が聞こえます。また、ポーラ・デ・ベルリムと呼ばれる、ベルリンのドーナツにカスタードを詰めたものが売られています。とにかく美味しいです！どの小さな町でも、伝統的なお祭りの時には、屋台で美味しいドーナツのような味のファルトゥーラを売っています。



Ameijoas à Bulhão Pato©VisitCascais

しかしもちろん、ポルトガルの最も象徴的なスイーツはパステル・デ・ナタ（カスタードタルト）です。これはほぼどこでも見つけることができ、ポルトガル人はこれを美味しいコーヒーと一緒に食べます。コーヒーは伝統的にエスプレッソの形で飲まれます。



Pasteis Nata © shutterstockGVhomydesign

秋のもう一つの風物詩、特にサン・マルティニョ祭では、街角に焼き栗の香ばしい匂いが漂います。屋台を探して、袋詰めにして買ってください。とても美味しいです。



Poncha ©Nuno Andrade

リスボンのリベイラ市場（Mercado da Ribeira）、ポルトのボルハン市場（Mercado do Bolhão）、アルガルヴェのルーレ市場（Mercado Municipal de Loulé）、フンシャルのラブラドル市場（Mercado dos Lavradores）など、伝統的な街の市場もお勧めです。新鮮な魚や果物、花や野菜を売るほか、屋台では様々なポルトガル料理やお菓子、飲み物を売っています。ギンジーニャ（小さなチョコレートカップで飲むのがおすすめ）やボンチャは、サトウキビのブランデーに蜂蜜とレモンを加えたマデイラ島の典型的な飲み物です。

ポルトガル人にとって、それぞれの料理と適切なワインを合わせることは重要であり、ポルトガルは偉大なワイン生産国であるため、料理にぴったりのワインを見つけることは難しくありません。ポートワインとマデイラワインが最も有名ですが、ドウロ渓谷やアレンテージョ地方には、それに劣らないテーブルワインが数多くあります。



Ilha Deserta, Algarve ©PWT_Jose Sarmiento Matos

したがって、次回この国を訪れる際には、おもてなしの心と、食卓に人々を招き入れる喜びを味わってみてください。ポルトガルは自国の特産品とユニークな料理に誇りを持っています。ぜひお越しになり、ポルトガルを楽しんでください。