

World Cuisine



Investment and Development Agency of Latvia

ラトビア料理は豊かで栄養満点、しかも環境にやさしい地元産の食材が豊富である。ラトビア人はジャガイモを多く食べる一揚げたり、茹でたり、蒸したり、マッシュポテトにしたり、パンケーキやチップにしている。実は「ロングチップス」(Long Chips) と呼ばれるラトビア製のチップスは日本でも購入できる！

ラトビアはバルト海沿岸に位置し、人々は常に漁業に携わってきた。魚はラトビア人の食事に欠かせない食材であるが、日本のように生の魚を食べる習慣がない。むしろ、揚げたり、蒸したり、燻製にすることを好む。人気の魚料理には、ヒラメの燻製 (写真1)、ヤツメウナギの燻製、鯉の蒸し物、タラの揚げ物などがある。有名なラトビアの燻製スプラット・オイル漬けは日本でも非常に人気である。

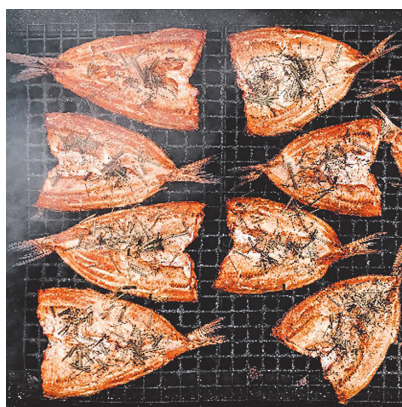
ラトビアの甘い物といえば、今や日本でも購入できるようになったチョコレートで、たとえば「プーレ・チョコレート」(Pure Chocolate) や「ネレウラ」(NelleUlla)

など、さまざまな天然具材が入ったチョコレート・トリュフが有名 (写真2)。ラトビアの特別なデザートとしては「デベスマンナ」と呼ばれるミルクを使ったホイップ・クランベリー・デザート、またはレッド・カラント・ジャムとライ麦パンを重ねて層状にしたデザートが挙げられる。ラトビア西部のユニークなデザートは「スクランダラウシス」と呼ばれる甘い人参のタルトである (写真3)。

飲み物に関していうと、ラトビア人は蜂蜜を加えて、さまざまなハーブティーをブレンドして飲むのを好む。人々は植物の治癒特性や、いつでもそれらを採用すべきかを熟知している。また、春の特別な天然飲料として、白樺の木から直接抽出された白樺の樹液が人々に愛されている。樹液には天然のビタミンやミネラルが豊富に含まれており「命の強壮剤」と呼ばれている。白樺の樹液は新鮮な状態で採取され、レモネード、ワイン、シロップ、お菓子、さらには化粧品にも使われる。

そして最も伝統的なラトビアの飲み物はビール。古代も現代も、ラトビアの祝祭を、ビールなしに想像することはできない。ラトビアで古くから伝わる民謡にも最も多く登場する飲み物で、伝統的に大麦とホップから醸造されている。ラトビア人は爽やかなシードルも醸造しており、日本ではラトビアの「アババス」シードルを楽しむことができる (写真4)。

そして、ラトビアの特別なリキュール酒として名高いのは「リガ・ブラック・バルザム」である。これは18世紀からラトビアで作られていて、24種類のハーブから成るその秘伝の調合は、ほんの一握りの従業員だけが知っており、世代から世代へと受け継がれている。バルト地方の伝説によると、もともとはエカチェリーナ2世を治療するための医療用秘薬として、地元の薬剤師によって作られたといわれている。



左上から時計回りに、写真1：ヒラメの燻製、2：チョコレート・トリュフ、3：人参のタルト、4：シードル