

World Cuisine



Embassy of the Republic of Estonia in Japan

エストニアの味

食は人をつなぐ。「人の心と意思を勝ち取る最も簡単な方法はその人の胃袋を掴むこと」ということわざがあります。したがって、会議室のテーブルより、食卓を囲んだほうがより効果的なビジネス外交が行われるともいえます。

北欧の国エストニアには四季があり、自然は重要な食料源です。私たちの自然に四季があるように、私たちのダイニングテーブルにも四季があります。冬には重い食べ物を食べ、夏には軽い食べ物を食べます。

エストニアで最も伝統的な食べ物は、ライ麦パン、乳製品、肉、野菜、魚、さまざまな森の産物です。最もよく知られているのはライ麦パンで、1人当たり年間平均25kgを食べます。エストニア人は7000年以上にわたってライ麦パンを焼いており、私たちの最も重要な食品の1つと見なされています。ライ麦パンの重要性は、音楽など、他の分野にも反映されていて、ライ麦パンに関する歌は約20曲もあります。

日本には、地産地消という概念があります。エストニア人もまた、地元の食材や地元で生産された食品に関心をもっています。エストニアには約760の食品産業企業と数千もの小さな農場があり、その生産品の3分の1が輸出されています。主な輸出先はヨーロッパですが、日本でもエストニア製品を見つけることができます。たとえば、Artisan HoneyとHONEST NEKTARの蜂蜜、Roosiku Chocolate FactoryとKalevのチョコレート、Balsnackのポテトチップス、Jaanihansoのサイダー、



Estonian rye bread (credit: Mariann Liimal)



Cooking dinner in the bog (credit: Renee Altrov)

VIRUやPõhjalaのビールなどです。

人々はしばしば食べ物を通して外国を理解しています。エストニア人は、日本が美味しいものを美しく提供する国だと認識しています。日本人がエストニアのライ麦パンだけでなく、きのこやベリー摘みの伝統にも興味をもっていることも知られています。

今年、初めてのエストニア料理本が出版されました。佐々木敬子さんによる『旅するエストニア料理レシピ』は、エストニアの食文化と日本の架け橋となっています。日本にはまだエストニア料理店はありませんが、佐々木さんの主催するエストニア料理ワークショップへの参加が可能です。(http://estonianavi.com)

そして、やはり一度はぜひエストニアへいらしてください。私たちの食文化をご自身の目と舌で実際に体験してみてください。



Berries (credit: Karl Ander Adami)