

World Cuisine



Embassy of the Republic of Lithuania in Japan

日本を含む世界中の市場で、栄養価が高く、健康的で、環境に優しい食品の必要性が高まるなか、リトアニアは、イノベーションとサステナビリティを重視するパートナーにとって、最高の調達先となるための条件が備わっているといえるでしょう。現在リトアニア産の鶏肉、牛肉、チーズ、パン、ビール、そして日用品や産業用食材などの製品が日本で販売されていますが、これは大変喜ばしいことです。

リトアニアでは、澄んだ湖や潟で魚を捕り、森で狩り、畑で収穫し、庭で熟成させるなど、多くの食糧が自然からもたらされています。国土の3分の1以上が森林に覆われたリトアニアは、空気がきれいな国です。深い伝統と多様性をもつリトアニアの食品産業は、国全体の経済において重要な役割を担い、最重要セクターであるとみなされています。リトアニアの企業は、オーガニックや革新的な生産に重点を置いた高付加価値製品の生産を促進しています。また、リトアニア国内では遺伝子組み替

えは盛んな研究分野でありながらも、遺伝子組み換え作物の栽培は禁止されていることも特徴的です。

リトアニアの伝統的な食事は、まず何よりも旬の食べ物です。春から夏にかけて、牛乳、葉野菜、ベリー、キノコ、果物、魚、小麦粉などを使った料理が多く食されます。本場料理を味わいたい方には、ビーツの冷製スープ（写真①）がおすすめです。スープのちょっとショッキングな濃いピンク色は、天然ビーツの絞り汁によるもので、なんともいえない爽やかな味は、栄養学の専門家が世界で最も健康的な製品のひとつと認めた、スープの最も重要な成分ケフィアによるものです。

乳製品産業は、リトアニアの食品産業の中で重要な分野のひとつであり、将来性があり、力を入れている輸出分野でもあります。ハードチーズのジュガスチーズ（写真②）はZemaitijos pienas社商品のひとつで、既に日本でも販売されているリトアニアを代表するチーズです。デザートにはカードチーズもぴったりです。

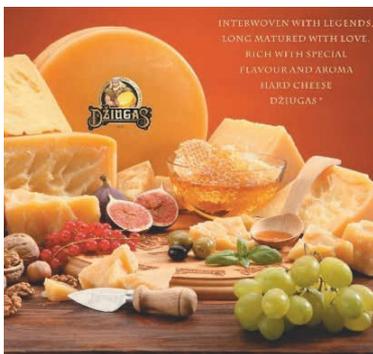
秋は野菜の収穫期で、リトアニアで人気のツェペリン（すりおろしたジャガイモにひき肉を詰めた餃子、写真③）やクゲリス（焼き芋プリン）など、リトアニアならではの料理が食べられます。

伝統的な料理といえば、燻製にしたひき肉を豚の胃袋に詰めたスキランディスがあげられます。古代の賓客に振る舞われた料理から発展したものです。また、見た目も印象的なシャコティス（ケーキ、写真④）もリトアニア料理の遺産のひとつといえるでしょう。

海外へのお土産として、おそらく最も人気があるのがリトアニアミードです。蜂蜜、水、酵母、ハーブ、野菜の調味料から作られる、心地よい味わいのアルコール飲料です。

本場リトアニアの味をぜひご賞味ください！

お問い合わせは、駐日リトアニア共和国大使館 農業アタッシェ ミネイキエネ・クリスティーナ（E-mail: amb.jp@urm.lt）まで。



- ①左上：ビーツの冷製スープ
- ②左下：ジュガスチーズ
- ③右上：ツェペリン
- ④右下：シャコティス

