

ペポーゾ

Peposo

牛肉の黒胡椒煮



お勧めのペアリングワイン

トスカーナ産の濃いルビー色で、強い酸味やミネラルを感じる、スパイスや葉巻の香りがするような、熟成した赤ワインなどがお勧めです。

例: タレンティ (ブルネッコ ディ モンタルチーノ)
キャンティ クラッシコ

Ingredienti 材料 2人分

-Preparazione 準備時間 35分 -Cottura 調理時間 3時間

500 g 牛肉(すね肉角切り、カレーやシチュー用など)

300 ml 赤ワイン(キャンティ、トスカーナ産など)

2個 皮付きニンニク(大粒のもの)

大さじ2 粒胡椒(ホール)

小さじ1 塩

Preparazione 作り方

- 1.塩以外の材料を鍋の中に入れ、30分常温に置く。
- 2.①の鍋を弱火にかけ、蓋をして2時間煮込む。
- 3.塩を加え、蓋を取り弱火のまま火にかけて水分を飛ばす。
- 4.焦げない程度に30分ほど煮込み、水分がほぼ無くなったら火を止める。
- 5.塩で味を整え、温かいうちに器に盛り付けたら出来上がり♪

トスカーナ州の郷土料理 ”ペポーゾ”とは...

この料理の歴史は古く、13世紀ごろの中世から伝わる料理です。

ペポーゾとは、黒胡椒”ペペ”が語源で、黒胡椒だらけの黒胡椒煮という意味です。

この料理は、今でも愛され続けトスカーナ全域で作られる一般的な家庭料理でもあり、レストランやトラットリアなどでも食べられる有名な肉料理となりました。フィレンツェから少し南に位置する、テラコッタ(素焼陶器)の産地として有名な町、**インプルネータ**が発祥といわれています。郷土料理に発展したきっかけは、フィレンツェの大聖堂を造る15世紀に遡ります。大聖堂建築の際に、集められた**インプルネータ**のレンガ職人達が、仕事の合間にテラコッタ鍋で煮込んでいたのが、この地元料理だったそうです。

調理に手間がかからず、ト口火で時間をかけて煮込むだけで昼休憩に簡時間で食べられる、定番スタミナ系の男料理だったそうです。まだトマトが普及していなかった中世の時代、牛スジや腱などの安価だった肉の臭みをとる為、大量の粒胡椒を入れニンニクを効かせ、強い酸味でやや渋みと果実味がある地元赤ワイン(キャンティ)で煮込んだのが始まりだったそうです。

ペポーゾは、塩なしのトスカーナのパンや、セージと煮た白インゲン豆などと合わせて食べられることが多く、一緒にトスカーナの赤ワインでいただきます。黒胡椒だらけなので、取り除きなら食べるのがお勧めです。それでも一緒に食べてしまうのですが、粒を噛んで辛味を感じては肉が進み、そして赤ワインが進む。なんとも食が進む、ガツガツした料理でもあります。

家庭やレストランによって、セージやローリエなどのハーブを入れたり、トマトを入れたりと作り手により、それぞれの味が違います。今回はシンプルに、トスカーナのワインを楽しんでいただける様、伝統的な素朴なレシピをご紹介します。 #料理家RIE

※ 黒胡椒が苦手な方は、ホール黒胡椒を少量にし(香りが付く程度)ティーバックに入れ、2時間煮込んだあと取り除いてください。