

# Deutschlandjahr-Kochkurs

mit Claudia Marra

## マラさんのドイツ料理

第5回

## Deutsches Bier

### ドイツビール料理

平成17年(2005)8月7日(日)

会場：西部ガスリビングプラザ メルカつきまち

「ブレーツェル(Laugenbrezel)」

「バイエルン・シチューぎょしゃ馱者好み

(Kutschergulasch aus Bayern)」

「ビールプリン(Brauerpudding)」

「ビールカクテル(Biercocktail)」

「胡瓜とえびのクリームビールソース

(Bierschaumsuppe mit Gurken und Scampi)」

# 参考資料

## ドイツビール料理応用編

スープ

飲み物

主菜

デザート

## Die Brezellegende ブレーツェルのお話

数百年前、シュトゥットガルト近郊のウルラッハの伯爵家に高名な宮廷パン職人が雇われていました。ところがある日、このパン職人が盗みを働いたのが見つかり死刑を宣告されてしまったのです。伯爵は彼を失うのが惜しく、命を助ける機会を与えました。それは、3日間で新しいパンを作ること、しかもそのパンは、太陽を3つ見ることができなければいけない、という条件でした。

この難題にパン職人は、まったくアイデアが浮かばず、すっかり絶望してしまいましたが、ふと、横に奥さんが腕を組んで立っている姿に視線がいききました。とたんに「腕ぐみの形をパンで作ろう」と閃いたのです。

そしてできあがったパンは本当に太陽が3つ見えたのです。

と、その時、暖かいオーブンの側で寝そべっていた猫が突然飛び上がり、でき立ての三つ編みパン（ブレーツェル）を、なんと下に置いてあった暖かい重曹水に落としてしまったのです。もう作り直す時間はありません。仕方なくこの濡れたパンをそのまま焼きました。ところがその結果は、とっても美味しい出来上がりとなり伯爵も大満足。めでたしというわけですが、この話は実話ではありません。

ブレーツェルはずいぶん古くからあったのですが、それは、今の形ではありません。ブレーツェルの起源は、おそらくはカソリック教徒のご聖体のパンに使われた

ローマ時代の丸パンではないかと思われ、とくに修道院で作られていました。

はじめは、6に似た片腕を丸を超えてそびえ立つような形だったものが、そのうちに、二つの片腕ブレツェルをつなぎ合わせた形になって、現在私たちが知っているブレツェルになったわけです。

その名前は、高地ドイツ語のプレツィテラ、ラテン語のブラツィアテリウムに由来し「小さい腕」の意味で「腕を交差させて祈る姿」を象徴しています。

甘いブレツェルは、祝日のパンとして新年、シュロの日曜日、感謝祭などに作られ、塩味のブレツェルは一年中いつでもあります。とくにバイエルンには修道院が多く、この地方にはブレツェルが浸透しています。

また、ブレツェルはパン屋の組合のシンボルともなっています。店に飾るだけでなく、中世の都市ではパン屋の墓石にもこのマークが使われました。

パン屋の紋章で最古のもは1111年製とされていますが、この時代、すでにブレツェルがパン屋の職業の目印として使われ、ブレツェルが「聖なるパン」として、神の恵みや治癒力があると信じられたことがうかがえます。

ブレツェルをたくさん作りすぎ余ってしまってもいろいろに使えます。

ブレツェルを使ったレシピを紹介しましょう。

ドイツには現在、約 5000 種類のビールの銘柄があり、およそ 1250 のビール醸造所があります。ドイツでは古くからビールは基礎食品と見なされ、様々な職種、たとえば鉱山労働者などには、給料の一部としてビールを支給することも行われました。昔から現在にいたるまで、ビールは飲物としてだけではなく、料理にも役立てられています。

## 純粋令 Reinheitsgebot

「純粋令」とは、ビールの原材料に関する法律で、世界でもっとも古く、現在なお有効な食品法で、1516 年 4 月 23 日に南ドイツのバイエルン公国で公布されました。この法令の趣旨は「ビールはホップ、大麦麦芽、水、酵母だけで製造されなければならない」というもの。

法令実施の目的は二つあり：

- 1 . ビールの質の向上
- 2 . 穀物のなかで、大麦だけをビール醸造に利用するよう義務づけることで、パン作りには向かない大麦をビールにふり向け、小麦、ライ麦などの他の

## 穀物を主食のパン用に確保するという食料管理

全バイエルンは、この「純粋令」のもとにビール造りを行うようになりました。

一方、北ドイツでは、すでに、この時代、ビール醸造に厳格な組合制度を敷いてこれを実施していたので、品質が落ちることはありませんでした。

ドイツにおいては、このような事情から、ビールに関する北部と南部の2つの異なった法制度を認識する必要があります。

北部では、市民がビールを自分たちのものとして管理し、やがて、この自主性は、ギルド = 中世ヨーロッパの同業者組合へと成長し、貴族や聖職者の権力から市民を守ることに成功していったです。これに対して南部では、領主がビールに関してのすべてを管轄していたのです。「純粋令」の発布も、このことを物語っていると言えるでしょう。

# ブレーツェル Laugenbrezel

## 《材料》（14個分）

小麦粉	500g	（薄力粉 強力粉どちらでも）	
生イースト	50g	砂糖	小さじ1
塩	大さじ1	溶かしバター	大さじ1（マーガリンでも）
重曹	大さじ2	つぶ塩	大さじ2

## 《作り方》

イーストを細かくほぐして砂糖を混ぜ合わせ、125ccのぬるま湯を加えて、しばらくそのままにして発酵させる。

大きめのボールに分量の小麦粉と塩を入れて混ぜ合わせ、ここに発酵したイーストを加えて、お餅のように滑らかになるまでよくよく捏ねる。

ボールに覆いをして、生地が2倍に膨れるまで置く。

耐熱ガラスまたは、ほうろうの鍋に1500ccのお湯を沸かしておく。

注：アルミの鍋は、重曹で腐食して黒くなるので使わないこと

膨らんだ生地をもう一度よく捏ねてから細長い棒状にして、これを14等分にする。

生地を1個ずつめん棒でのばしブレーツェルの形を作る。ここでもう1度ブレーツェルにふきんを掛けて10分寝かせる。

沸騰したお湯に重曹を入れ、ブレーツェルを1個ずつ、大きめの穴あきお玉にとり、約30秒お湯にとっぷり浸し、手早く水を切ってから、つぶ塩をまぶす。

オーブンを200°にセットする。

天板にオーブンペーパーを敷き、ブレーツェルを並べ約20分焼く。

# バイエルンシチュー<sup>ぎょしゃ</sup> 馭者好み

## Kutschergulasch aus Bayern

### 《材料》（6人分）

バター	125g	
牛肉（ジューシーなもの）	1キロ	（大きめのさいころ）
薫製ハム	125g	（小さめのさいころ）
玉ネギ	2個	（粗みじん）
黒ビール	250cc	
ヴァイツェンビアー	250cc	
ブイヨン	250cc	（ビーフブイヨン）
タイムの枝	3本	
ローリエ	1枚	
赤ワインビネガー	大さじ2	
小麦粉	25g	
バター	25g	

### 《作り方》

深鍋にバターを溶かし玉ネギ、牛肉、ハムを炒め蓋をして肉によい焼き色がつくまで蒸し煮する。

その鍋に材料の、黒ビールから赤ワインビネガーまでを加え、蓋をして約2時間弱火で煮込む。

小麦粉とバターをよく混ぜて、煮込んだグラーシュに溶かし込み、とろみをつけて味を調える。

\* 料理名の Kutscher（クッチャー）は馬車の馭者のこと。



# ビールのプリン Brauerpudding

## 《材料》（6人分）

ビール	1000cc	タピオカ	200g
粉砂糖	200g	砂糖漬け果物	150g
干しぶどう	100g	バニラスティック	1本
卵黄	10個分	生クリーム	200cc
キルシュヴァッサー	少量（干しぶどうを浸す）		
バター	少量		

## 《作り方》

少量のバター、ビール、砂糖、バニラスティックを鍋に入れ沸騰させ、その中にタピオカを入れてもう一度沸騰させる。

鍋を火から下ろし卵黄、砂糖漬け果物、干しぶどうを混ぜ合わせる。

プリン型にバターを塗り2の種を流し入れ、沸騰したお湯で

約30分湯煎する。

暖かいバニラ風味の生クリーム、冷たいキーウイソースなどでいただく。

# ビールカクテル Biercocktail

## 《材料》（6人分）

ビール	500cc	砂糖	大さじ1
ヨーグルト	600～700g	レモン	1個

## 《作り方》

ビール、ヨーグルト、砂糖、レモン 1/2 個分の絞り汁をミキサーでピューレする。

これを別の容器に移し冷蔵庫でよく冷やす。

よく冷えたらグラスにつぎ分け、薄くスライスしたレモンを浮かべコケモモのジャムを飾る。

## 《ビールの飲み物》

**ディーゼル Diesel** : 石油の色に似ていることからこう呼ばれる

ビール75%、コーラ25%を混ぜたもので、必ず最初にビールを注ぎ、そこにコーラを注ぐ。この順序を間違えないように

**ラドラーまたはアルスターヴァッサー Radler oder Alsterwasser** :

ラドラーとは自転車に乗る人、Alsterwasser は北ドイツ・アルスター河の水のこと。自転車の旅行者が酔わないようにと考案された。ビール50%、レモネード50%を混ぜたもの。まずビール、そこにレモネードを注ぐこと。

# キュウリと海老のクリームビールソース

## Bierschaumsuppe mit Gurken und Scampi

### 《材料》（6人分）

ビール	1 2 5 c c	バター	2 0 g
えび	1 人前 6 ~ 8 匹	小玉ネギ（みじんぎり）	1 個
キュウリ	4 本	生クリーム	1 8 0 c c
ブイヨン	5 0 0 c c	ナツメグ	ひとつまみ
カレー粉	ひとつまみ	ディル	大さじ 1

### 《作り方》

バターをとかし、玉ネギを透きとおるまで炒める。

キュウリは皮をむき、種を取って に加えて透きとおるまで炒め、生クリームの半量とビールを加え 1 5 分ほど煮る。

ここに、塩、胡椒、ブイヨンを加え、ミキサーでピューレする。

えびをオイルで焼く。

ピューレしたスープをもう 1 度温めて火を止める。残り半量の生クリームを泡立ててふわりとなったら、スープに加え、カレー粉、ナツメグも加えて味をととのえる。

スープにえびを入れ、ディルをちらす。

Deutschlandjahr-Kochkurs

mit Claudia Marra

マラさんのドイツ料理

第5回

Deutsches Bier

ドイツビール料理

応用編 レシピ集

# スープ

## ビール入りフィッシュボール・スープ Bier-Fischsuppe

### 《材料》（6人分）

スープ用：	白身魚のアラ	500g	ビール	750cc
	コンソメ	750cc	トマトペースト	大さじ2
魚の団子用：	白身魚のフィレ	250g	小さめの卵	2個
	パン粉	1/2カップ	塩、胡椒、ナツメグ	適量
クルトン用：	ニンニク	2片	薄切りパン	2枚
	バター	適量		

### 《作り方》

ビールに塩を加え、魚のアラを弱火で約1時間煮て魚のスープを作る。

スープを裏ごしにしてトマトペーストを加えて味を調える。そこにコンソメ、メイヨンを加え、もう一度煮立てる。

魚の団子を作る。魚のフィレをたたき、卵、パン粉、塩、胡椒を加えて練り、ボールにしてスープに加えて煮る。（市販の味の付いていない魚のすり身を使うと簡単）

ニンニク味のクルトンを作る。パン2枚をさいの目に切る、ニンニクは押しつぶす。バターにニンニクを入れゆっくりニンニクの香りをバターに移す、そこにパンを加えてクルトンを作る

## ビールスープ Biersuppe

### 《材料》（4人分）

玉ネギ	400g	黒パン薄切り	6枚
バター	80g	黒ビール	1000cc
ブイヨン	1000cc	砂糖	小さじ 1/2
塩、胡椒、クミン、シナモン、グローブ			適量
フランスパン	薄切り6枚		
エメンタルチーズ又はグリエールチーズ			（すり下ろす）

### 《作り方》

玉ネギを薄切りにし、さいの目に切った黒パンをバターで3～4分炒める。

ここに黒ビール、ブイヨンを加え30分ほど煮る。

このスープをミキサーでピューレ状にして、塩、胡椒、材料のハーブで味をととのえて漉し、もう一度火にかける。

フランスパンにチーズをのせ、オーブンでチーズが溶けるまで焼く。

スープに添えていただく。

\* 幼いお子さんにはアルコールの少ない黒ビール Malzbier を使う

## シュヴァーベンのブレーツェルスープ

### Schwäbische Laugenbrezelsuppe

#### 《材料》 (4人分)

玉ネギ	2個	ラード	大さじ2
ビール	225cc	ブイヨン	750cc
ブレーツェル	2個 (5mm幅にスライス)		
塩、胡椒、ナツメグ、アサツキ			適量

#### 《作り方》

玉ネギ2個のうち、1個をみじん切りにし、ラード大さじ1を溶かしたスープ鍋で炒め、ここにブレーツェルも加えてさらに炒める。

そこにビール、ブイヨンを加えて15分ほど煮る。

もう1個の玉ネギを薄い輪切りにして、残りのラードできつね色になるまでよく炒める。

のスープに塩、胡椒、ナツメグを加えて味をととのえ、の炒めた玉ネギを入れ5分ほど温める。

小口切りのアサツキを散らす。

## スパイシーな大根入りビールスープ

### Deftige Biersuppe mit Rettich

#### 《材料》（6人分）

ラード	大さじ2	ソーセージ	400g（ロースハムでも良い）
玉ネギ	2個	赤、緑ピーマン	各1個
ニンニク	2片	ジャガイモ	200g
大根	400g	トマトペースト	大さじ2
コンソメ	500cc	デミグラスソース	250cc
ビール	300cc		
マジョラム、タイム、蜂蜜、塩、胡椒、ウスターソース、タバスコ			
アサツキ、パセリ 適量			

#### 《作り方》

ソーセージをラードでさっと炒め、玉ネギ、ピーマンを加え、軽く混ぜる。  
そこに塩、潰したニンニク、ジャガイモ、大根を加え、トマトピューレも加えてよくなじませる。

さらにビール、コンソメ、ドミグラスソース、スパイス類を入れて約15分煮る。

小口切りのアサツキ、みじん切りのパセリを散らす。

\*野菜はピューレしないので、一口大または乱切りなど好みの切り方で、大きさを揃えて調理してください



# 飲み物

暖かいビール

Warmbier

《材料》 ( 人分)

モルツビール	500cc	牛乳	125cc
砂糖	100g	卵黄	2個分
シナモン	ひとつまみ		

《作り方》

ビール、砂糖、シナモン、牛乳を鍋に入れ弱火でゆっくり温める。

そこに卵黄を加え、弱火でかき混ぜながら温める。

こし器で漉し、耐火性のグラスに注ぐ。

# 主菜

## タンのビールソース添え Zunge in Bierrahm

### 《材料》

#### 《タンの下準備用》

牛又は豚の舌	750g	ビール	250cc
水	750cc	塩	適量

#### 《人参のソテー用》

人参	1本	バター	小さじ1
グリーンペッパー	大さじ3		

#### 《ジャガイモのキャラメルソース用》

小さめのジャガイモ	500g	バター	30g
ビール	大さじ3	砂糖	大さじ3

#### 《ソース用》

生クリーム	150g	塩、胡椒、パプリカ	適量
ビール	100cc		

### 《作り方》

タンは、ビールと水に塩を加えた中で1時間半ほど茹でる。

(茹でたタンがあれば、ビールだけで温める)

じゃがいもは少量の塩で茹でて皮をむく。

バターとビールをフライパンに入れて熱し、茹でたジャガイモを加え、砂糖を振り入れて、ジャガイモがきれいなキャラメル色になるまで絡めていく。

タンは皮をむき、スライスしてオーブンに入れるなど暖めておく。人参を細いせん切りにして、オイルを熱したフライパンで炒めグリーンペッパーを振り入れる。

生クリームを堅く泡立て、塩、胡椒、パプリカを加えて調味し、ここにビールを加えてソースを作る。

スライスしたタン、ジャガイモのキャラメルソース、それに炒めた人参を美しく盛りつけ、ビールソースをかける。

# デザート

## パイナップルのふわふわ黒ビールソース

### Ananas auf Dunkelbierschaumsauce

#### 《材料》（4人分）

パイナップルスライス	4切れ	バター	適量
グリーンペッパー（粒で）	小さじ1		
《ブラックベリーソース用》			
ブラックベリー	100g	砂糖	好みの量
キリュシュヴァッサー	大さじ1		
《ビールソース用》			
ギネスビール	100cc	卵黄	2個
砂糖	40g		

#### 《作り方》

ブラックベリーに砂糖を加え煮詰め、裏ごしをする。

にキリュシュヴァッサーを加えて香りを付ける。

パイナップルの両面を少量のバターで焼き、グリーンペッパーをまぶす。

ビールソースの材料を全部ボールに入れて泡立て器でよく混ぜる。

よく混ぜたソースを湯煎にかけ、ポツタリとなるまでかき混ぜる。

ポツタリとしたソースを皿に敷き、パイナップルはグリーンペッパーを取り除いてソースの上に並べ、ブラックベリーソースを飾る。