

河合鉄兵オーナーシェフの

カゴメ「冷凍イタリアングリル野菜」で作る、 本格・美味、時短、ロスなしお勧めメニュー



「イタリア現地のフレッシュな野菜と、遜色のない 味わいが手間なく、ロスなく使えます」

イタリアで16年間の実績を持つラ・トラットリアッチャの河合鉄兵オーナーシェフ。本場仕込みの料理は、2018年のオープン以来多くのファンを作ってきた。冷凍食品は、本場イタリア時代はもとより、広尾に店をオープンしてからも「一度も使ったことのない」という河合シェフに、カゴメ「冷凍イ

タリアングリル野菜」を使って、伝統的なトスカーナ料理を作っていた。

初めて使った感想は「フレッシュのものと遜色ない」と、イタリアで採れた旬の野菜を再現する味わいに大満足の様子。本格イタリア料理店のみならず、さまざまな業態の店で提供可能な料理を提案いただいた。

広尾駅前の明治通り沿いに2018年9月にオープンした「ラ・トラットリアッチャ」。イタリアで16年間の料理経験を持つ河合鉄兵シェフの本格トスカーナ料理が外食に慣れ親しんだ顧客から高い支持を受け、あっという間に人気店の仲間入りを果たした。コロナ禍においては、持ち前のスピード感で早め早めに対策を打ち、真空パックのテイクアウト販売やキッチンカーでのオリジナルカレー販売といった新しい取り組みをスタートし、飲食店の可能性を拓き続けている。

京都出身。調理師専門学校卒業後、京都老舗イタリア料理店にて3年勤務。その後イタリアに渡り、シエナ、フィレンツェなどのトスカーナで約13年のレストラン経験を積みレヅジョエミーリアのミシュラン星付きレストランCa' Matildeにてスーシェフを3年勤め帰国。帰国後は、都内イタリア料理店で約2年間シェフを務めたのち独立し、広尾にLa Trattoriacciaをオープン。



当店の人気料理の一つです。イタリアでは、パプリカがすごく安かったのですが、日本では高いですね。価格の安定した冷凍のパプリカはありがたいです。この料理は、パプリカを炒め煮するペロナータをベースにして作っています。

冷凍パプリカは、もう少し大きめにカットしてあるものがあると、今日作った料理のようなものには使いやすと思います。



パプリカと鶏もも肉の煮込み

【作り方】

鶏もも肉に塩、胡椒、小麦粉を振り、両面をじっくり焼いて白ワインを加える。鍋に玉ねぎ（2分の1個）と「赤・黄ピーマングリルのミックス」100gをしんなりするまで炒める。ここに、鶏もも肉を合わせて野菜のブロードを少々加え、ふたをして20分煮込む。



赤・黄ピーマングリルのミックス500g

イタリアの強いうま味と甘味をもった赤・黄ピーマンを、スクエアカットし、ノンオイルでグリル、ミックスした。グリル加工により、調理感ある焼き目があるほか、ソースとのなじみも良く、短時間で仕上がる。

イタリアのフレッシュのカルチョフィが出回る時期にお出しして人気の料理です。カルチョフィのその独特な味わいとホクホク感を喜んでいただいています。昔は、フレッシュのカルチョフィは、日本にあまり出回っていなかったのがなかったので使ったことがなかったのですが、帰国してこんなに手に入る環境になったことはうれしかったですね。ただ価格が高く、1人前のパスタに一株しか使えません。この「カルチョフィホール」なら贅沢に3つ使えます。食感も味わいも良く、こういったパスタ料理に向いていると思います。カルチョフィと白インゲン豆、からすみのスパゲッティー二は、相性が抜群です。



アーティチョークと白いんげん豆、からすみのパスタ

【作り方】

冷凍「カルチョフィ」3個を半解凍してカットし、炒める。にんにくのみじん切りを加えて香りが出たら、香りつけをした「カンネッリーニ」（白インゲン豆のスープで使用）をレードル1杯分（汁も含む）入れる。ここに茹でたスパゲッティーニ（80g）を合わせ、からすみ、イタリアンパセリをトッピングする。

カルチョフィホール500g

地中海料理に欠かすことのできないイタリア産カルチョフィ（アーティチョーク）のつぼみを剥き、芯まで削り茹でて冷凍した。煩雑な処理は済ませてあるので、いつでも必要なだけ手早く使用できる。その形を活かした詰め物、フリット等はもちろんパスタ、ピッツアの具として、お料理の付けとして様々なスタイルで。





白いんげん豆のスープ

【作り方】

冷凍の「カンネリーニ」(白いんげん豆) 100gを、水に入れてにんにく、オリーブオイル、セージを加えて火を入れ、香りづけをしておく。玉ねぎ(2分の1個)の薄切りを炒め、冷凍の「カンネリーニ」100gを合わせ、水を加えて火を入れる。その後15分温めたら、塩、胡椒、オリーブオイルで味付けをしてミキサーにかける。これに、あらかじめ香りづけをしておいた「カンネリーニ」を合わせて、にんにく、セージ、オリーブオイルで炒めた香草オイルをスープにかける。カンネリーニは一皿で200g使用。



カンネリーニ1kg

カンネリーニ(白いんげん豆)を茹でて、急速バラ凍結した。スープ、リゾットの具材、付合せ、サラダ等に利用する。

フレッシュの白いんげん豆は、前日に水で戻して2時間ほど火を通さないと使えません。この「カンネリーニ」はすぐに使えるのでいいですね。通常の白インゲン豆は、そのままでは豆感が少し強いので、あらかじめ香りづけをしたものを使っています。当店ではこの状態のものを常にストックしています。そのまま温めて付け合わせや、温めた豆の上にラルドを乗せた前菜、自家製のサルシッチャと白いんげん豆にトマトソースを合わせたトスカーナの定番の煮込み料理などいろいろと使っています。

このスープを少しのばしてパスタのソースにもします。トスカーナ料理に豆は書かせません。こういう風に冷凍になっていると使いやすいですね。ストックしておけば、いつでも使えます。



茄子とパルミジャーノ・レッジャーノ オーブン焼き

【作り方】

「ナスのグリルラウンドスライス」100gは、冷凍のまま小麦粉、卵をつけて揚げる。茄子、トマトソース、モッツァレラチーズ、パルミジャーノ・レッジャーノ、バジルを層にしてオーブンで焼く。

ナスのグリルラウンドスライス」は、火をしっかりと入れると、理想通りのトロツとした食感になりました。味もいいですね。スライス済みで、作業が省略できて、本場の味わいを簡単に出すことができます。当店の料理は、日本人向けにアレンジせず、イタリアで作っていたそのままの味を再現していますが、この製品ならそれが可能です。



ナスのグリルラウンドスライス
600g

長ナスを輪切りにした。グリルによって引き出されるうま味、甘味と香ばしさが特長。



初めて使ってみて、フレッシュのものとは遜色ない味わいと思いました。いつもは、イタリアの旬に合わせた野菜を使うようにしています。イタリアのものでないと味が変わってきってしまうからです。今回使った6品の「冷凍イタリアングリル野菜」は、イタリアの野菜のもつ味わいがよく再現されています。パプリカは濃厚な味、カルチオフィの食感や味わいには驚きました。トスカーナ料理に欠かせない白インゲン豆(カンネリーニ)は使い勝手が抜群です。ポテトは味わいも食感もサイズも本当に使いやすい。仕込みの手間が省け、ロスもなくなり、使い勝手のよさに驚きました。

これもイタリア人が大好きな前菜のひとつ。「スモールポテトのグリル」は、ホクホクとした食感がしっかり残り本当に使いやすいですね。オープン焼きなどどんな料理にも使えます。味わいも良く、またサイズ感が非常にいいですね。皮を剥く手間も要らず省力化できます。本格的な味わいが時短調理で実現できます。



スモールポテトのグリル1kg

果肉が黄色味をおび、しっとりとした食感のポテトの中から小さいものを選び、ぐり皮をむいてグリルした。



ジャガイモのピリ辛トマト煮込み

【作り方】

んにく、唐辛子、オリーブオイルをフライパンで熱し、香りが出たらトマトソース、イタリアンパセリを合わせて軽く煮込む。フライパンで冷凍から炒めた「スモールポテトのグリル」150gをトマトソースの中に入れてふたをして20分煮込む。



小玉ねぎのアグロドルチェ

【作り方】

冷凍のままの小玉ねぎ（80g）を、小鍋で炒めて赤ワインビネガー、砂糖 各適量、塩少々、ちぎった鷹の爪を加えて10分ほど煮詰めて冷ます。

アグロドルチェは甘酢マリネ、イタリアではごく日常的に食べられている前菜です。この「小玉ねぎのグリル」は使い勝手がいいですね。生鮮から生玉ねぎを煮込むと30分以上かかる料理ですが、短時間で仕上がります。味わいはフレッシュなものと同色合いですが、解凍してしまうとクッタリしてしまいますので、冷凍のまま使用の方がいいでしょう。小玉ねぎは皮をむくのも大変、作業が大幅に軽減できるのも嬉しいですね。



小玉ねぎのグリル600g

甘みが特長のイタリア産小玉ねぎの皮をむいてグリルした。