

城取博幸の

イタリア ポローニャのスーパーマーケット見聞録

N097

2017年12月

取フードサービス研究所

城取 博幸

ブリティッシュエアウェー 羽田～ロンドン～ポローニャ

ロンドンの乗り換えは1時間しかない 少し心配だ



機内食 トレーの盛り付けが汚い

「サーモンのグリル」トレーは上下アルミ 昔の機内食タイプだ アルミの蓋の切れ目は空気穴か 製造メーカーは各航空会社の仕様に合わせてるため大変だ



加熱方法はスチームコンベクションではなくオーブンのようだ  
ごはんの裏側が焦げている 野菜の表面部分にも焦げがある  
手に持つとかなりトレーが熱い



## 2回目の食事

ペンのパスタとカップケーキ これはなかなかの出来  
乳製品をたっぷり使っているとおいしい



心配した通り、乗り換え時間に間に合わず  
5時間後のフライトに変更



空港で5時間時間をつぶすことになる

UKで人気の「WAGAMAMA」で食  
常に行列



日本食だけでなくアジアの料理も豊富  
日本語名を使うことで商品価値を高めている

隣の席はアジア系の若者  
おおよそ150席もある大型店だ



テーブルマットのステーキ焼きそばを注文  
ステーキは焼き過ぎ、麺は太目



ステーキラーメン スープが薄い  
チキンラーメン  
これもスープが薄い



焼きそば  
ミーゴレンのようなもので、甘い味付け  
野菜餃子 パクチーの入ったタレが特徴



全体的には和食というより、タイ料理  
日本人にはちょっと それでも行列は絶えない

フライトさらに予定の時間より30分遅れる



ボローニャの空港には追い風で30分早く到着  
それでも11時を過ぎている

タクシーでホテルへ

チェックインは 12 時を過ぎていた

家をでてから 24 時間経過、さすがに疲れる

「FICO WORLD」へ歩いて15分ほどのホテルに無事到着



明日は朝から現地通訳を雇いインタビューを行う予定だ

このホテルには3泊する予定

FICOと近くのショッピングセンター内のCOOPを視察する予定

その後市内のサービスアパートメントに移動する

「Eコマース」に対抗できる「グローサリット」+「体験型」の施設

どんな話が聞けるか楽しみだ

ホリデーイン エクスプレス フィエラ

オフシーズンであるため、1泊 7000 円ほどで泊まれた

JALの航空運賃は 120,000 円ほどであったため、3泊4日であれば合計 150,000 円弱であった

観光シーズンになれば2倍、3倍になるだろう FICO WORLDまでは歩いて10分 最高の立地だ

ホテルの朝食 ホテルの朝食はその地方の食文化を知ることができる



今まで見る事のなかった料理も  
蜜ロウ付の蜂蜜



パンにつけてそのまま食べる これがウマイ

これは気が利いている 白カビのサラミとチーズ 中央はホットケーキのようなパン



電動のオレンジジュース搾り機



まな板で自分でオレンジを半分に切る  
ミキサー部分にオレンジを載せる  
上を押すとミキサーが回ってしまうため注意が必要



蓋をして上からすればミキサーが回る  
できあがり



ヨーグルト製造機



ボタンを押せばヨーグルトが出てくる  
よくある自動トースター



コンベアが回って焼きあがれば下に落ちてくる

今日の朝食



ヨーロッパの朝食は冷たい料理が多い

パン、乳製品、加工肉が中心で、フルーツやサラダは少ない

ジャムは全品試食



ロウの付いた蜂蜜はそのままロウごといただく

ドルチェ フルーツタルト



FIGO WORLD は前回紹介した  
FIGO WORLD でお世話になった通訳のAYAさんに紹介してもらい、旧市内のタラット  
リア(郷土料理)の店に向かう タクシーでボローニャ中央駅へ向かう  
ボローニャ中央駅



ボローニャは緯度が高いため、夕方の 5 時には暗くなってしまう  
ローマ時代遺跡か クリスマスマーケット



ドーナツ屋 昔ながらのリングドーナツ



中に具の入ったドーナツ どれもサイズは大きい 旧市街を歩く



泊まる予定のサービスアパートの入り口 どんな部屋か楽しみだ

「食べる」 ひたすら食べる

郷土料理や家庭料理を提供する「TRATTORIA」

歴史のありそうな店だ

スタッフは、ホールは女性 1 名、コック 1 名の 2 名



カフェで 1 時間ほど時間を潰す

開店後、夜 7 時の店内の様子

予約なしで入ったが、8 時 30 分以降は予約でいっぱいだという

時間限定でテーブルを用意してくれた

店内は 30 人も入れればいっぱいになりそうだ



英語メニューを見せてもらい注文する

昔ながらのポローニャのパン 右はクラッカーのような乾燥したパン

第一の皿は、ショートパスタのポロネーゼ



第 2 の皿は「牛肉のワイン煮込み」



よく煮込んであるため軟らかい

### 牛肉のレバー煮込み



トロトロの玉葱と一緒に煮込んである  
サイドメニューは「チコリの煮物」  
チコリの茎の部分煮熟したもの  
シェアして食べる



取り分けて食べる  
ポテトは焦げ色が付いているがおいしい  
ボイルしたじゃがいもをフライパンで焦げるまで炒めたもの

### ドルチェ

マスカルポーネのデザート



カスタードクリームデザート  
フルーツケーキ



ワインとコーヒーを飲んで1人4000円ほど  
これがポーランドの昔からの郷土料理  
老舗レストランのビジネスモデル  
店は昼にランチの営業をして一旦閉め、また夜から営業するというパターン  
その間に準備をする  
昼の客単価は1500円~2000円くらい  
夜は、3000円~4000円と予想  
昼も夜も一回転しかしないため、客数は50人~60人くらいかな  
日販3000円×50人=150,000(約1000ユーロ)前後くらい  
2人で運営していれば十分採算は合う  
というより合わせてきた

2人で店が運営できる理由  
料理をする人なら分かったと思うが、  
料理は殆ど「作り置き」を温めて提供している  
パスタは茹でてあるものとソースと絡めて温めるだけ  
肉類は事前に煮込んであるものを再加熱  
ポテトや野菜も火を入れてあるものを再加熱  
ドルチェやケーキは作り置き  
このやり方が昔からの料理方法、今も通用している

何十年、何百年も店の経営を支えている

「作り置き、再加熱」が勉強になった

日本は「できたて」を優先するあまり、中食、外食とも「人が足りない」というが、こういう調理方法もあることを学ばなければならない

FICO WORLDを視察して

イタリアの食文化は深いが日本も負けていない

情報の発信、それを伝える施設が少ないことが問題だ

築地市場はFICO WORLDの2倍以上の70,000坪もの敷地がある

48都道府県を結集すれば、世界最大の「ジャパンパーク」ができる

築地市場の開発に期待したい

ボローニャのCOOP

FICO WORLDから歩いて10分もかからない場所

600坪ほどの郊外型スーパーマーケット



ホテルのすぐ近くだが、殆どが車客

入口のクリスマス「パネトーネ」の大陳列



クリスマスの花 ポインセチア

クリスマスのプレゼント用ギフト

マニラ特集でも紹介したが、日本でも定着させたい



クリスマス関連は入口付近に集結  
コンテナを利用したくだもの売場 殆どが輸入品

りんごは産地  
COOPではバラ商品を買う場合は、使い捨てのビニールの手袋を使うよう勧められる  
素手では触らない習慣がある



クリスマスのお菓子  
日持ちのする焼き菓子が殆ど



パンのバラ販売  
ここも買う場合は Tongue か手袋を使用  
キャスターの付いたショッピングカートは当たり前  
大型店では勝手がいいが、小型店は邪魔になる

イタリアでも焼き済みのピザをよく売っている  
持ち帰り「リベイク」するのか



カット野菜、カットフルーツ、レディ・ミール売場  
同行者の一人がこの売場を見ていなかった  
そのため、後日一人でわざわざ見に行く  
ほとんど「病気」  
カットフルーツは結構高い



ミール・ソリューション売場  
カット野菜とスープは同じ場所で売られている

スープとレディ・ミール



日本のみそ汁を発見！  
「MISO SOUP」と書かれている  
細かい表示を見ると「健康食品」扱いだ  
勿論購入して中を確認する

チルド商品はすべてリーチインケースか蓋つきの平ケースで販売



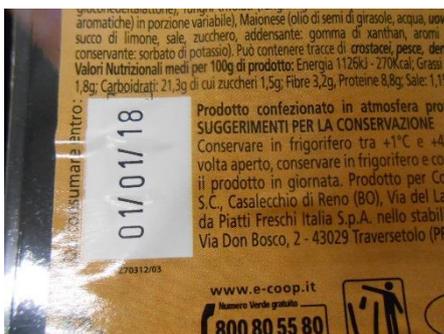
ケースの温度は 4°C  
冷蔵平ケースのエンド部分



チルドのサンドイッチ売場



リーフ野菜は使われていないが、この陳列量  
なんと 賞味期限を見ると「18年1月1日」(12月16日視察)  
冷凍食品かともう一度ケース内を確認するがチルドであった  
保存技術が進んでいる



チルドのフォカッチャ  
チルドのピザクラスト



ハムとチーズの売場 パルメジャーノ・レッジャーノの真空パック  
たぶんクリスマス用に40kgのカルトンを自店でカットして真空包装したもの



デリカ売場



ホットケースで販売 ローストものが多い  
チルドのデリカもけっこう品揃えされている



## 魚売場

内陸部の割には生魚の品揃えは豊富だ



右のサーモンのパッケージには「SAKU」と書かれている  
けっこう日本語が使われている  
左は「TAR TAR FISH」の表示  
肉売場



クリスマスのチキン 2 か所販売



生ハムは産地 ハムのギフト



ドライ食品の補充はパレット  
バックヤードでピッキングしてきたようだ



電動だ

以上、郊外のCOOPの大型店を紹介した  
FICOに3日間も入り浸ったため、脳が混乱  
スーパーマーケットを見て少し落ち着く  
次回は、旧市街のCOOPの小型店と購入した商品を紹介します

ボローニャ旧市街のCOOP  
その前にホテルのレストランでランチ  
トマトソースのパスタ  
乾燥パスタを使用



余分なものは何も入っていない  
Wチーズハンバーガー ポテト添え ポテトは生のスライスポテトを揚げたもの



バンズはグリル板で両面焼かれている バンズは焼かないとおいしくない  
パティもグリルしてある



グラス(牧草飼育)の牛肉なので脂分は少ない  
少し焼き過ぎかな  
ハンバーガーはアメリカ発の食べ物  
世界中のレストランで定番になっている

ボローニャ旧市街のCOOP  
100坪ほどの小型店  
夜買物に行った



チルド商品売場  
乳製品売場



チルドのレディ・ミールが充実している  
発砲トレーにトップシールしたMAP包装  
日本でもこの形態であればMAP包装も違和感ない

統一された「&GO」のロゴが付いているPB商品



価格は 300 円～500 円ほど

冷凍食品売場

以外にもイタリアは冷凍食品の消費量が多い



スキンパックのRTC商品

日本でもよく見かけるようになった

2 人前で 500 円ほど

そろそろ外食に飽きてきたので購入して食べてみた

どれもパスタ、ライスが含まれていない

海鮮リゾットの具

パスタを茹でて混ぜるだけ



パスタの具

ゴルゴンゾーラチーズ



ドリンクヨーグルト

カット野菜

これもCOOPのPB商品



チルドの牛Tボーンステーキ用スキンパック

フィレンツェで有名なTボーンステーキ

アパートのキッチンで焼くつもりだ

カップスープ

ZUPPEはスープの意味

穀物や野菜がたっぷり入っている



2人前620gでずっしりと重い

「100% Vegetable」と書かれている

1人では食べきれないが、これがなかなかおいしい

前にCOOPで買った味噌スープを飲んでみる



蓋を剥がして電子レンジで温める 具は豆腐、ネギと昆布  
ワカメではなく昆布を使い、ダシを取っている  
なんとセロリが入っている 味噌の臭い消しかも知れない  
かなりの薄味だが、なぜか安心する



チルドのサンドイッチ



これはベーカリー売場で売られていたもの ハムとグリーンリーフ 賞味期限は 3 日  
生野菜サラダ



イチジクと穀物の入った生野菜サラダ ザクロの入ったものは珍しい  
パックに添付されているものは フォーク、ナプキン、オリーブオイル、ビネガー、ソルト  
イタリアではサラダをオイル&ビネガー、塩だけで食べる



サラダランチとして食べられる

ボローニャ旧市街散策  
マッジョーレ広場の巨大なクリスマスツリー



奥に見えるのが有名な斜塔  
高さは97mあるらしい  
階段で登ればボローニャの街が見渡せる

ボローニャ市庁舎  
中に美術館が入っている



よくある銅像



サン・ペトロ—ニオ大聖堂

奇妙な建物だ

それは、ローマの「サンピエトロ大聖堂」以上の規模の大きさの建物を計画していたが、

ヴァチカンからの干渉が入り途中で頓挫してしまったらしい

確かに土台部分は巨大だ

クリスマスデコレーションされた街並み



こんな水路も昔のまま残されている

街中はホームレスはいるもののあまり危険性を感じない

夜でも女性が一人歩きしている

クリスマスマーケット

メリーゴーランドは定番だ



衣料品中心のマーケット

あまりめばしいものはない  
マクドナルドもこんな様子



「ネプチューンの噴水」を見忘れしまった  
ユニークなところから水が出ていることで有名な噴水だ

サービスアパートに入口  
不動産会社が管理している物件  
午後3時に待ち合わせたが、スタッフが来たのは3時45分  
寒い中待たされる 最初から期待していないので、あまり気にならない  
日本感覚でいたらヨーロッパは通用しない  
特にイタリアは



玄関を入れれば踊り場が  
古いアパートはこのスタイル  
鉄格子が付いている



1人用のエレベーター 専用のカギがない乗れない

鍵を合計 4 本渡される

1 本は玄関入口、もう 1 本はフロアー、もう 1 本は部屋、最後はエレベーター用  
もし、部屋に忘れてしまえば、アウト

管理事務所が開くまで野宿することになる



ダイニングキッチン

WIFIもよくつながる

ドアは嚴重だが窓の警備は甘い

鍵は開きっぱなしであった

フルキッチン オープンから、電子レンジ、ディッシュウォッシャーまで付いている



上は電磁調理器 4 口

オープンがあればグリル料理ができる

ダブルベッドルーム



ツインベッドルーム

この部屋は使わなかった

こんなものも展示 オーナーの趣味か



ボローニャの古い地図

バスルーム バスタブはなくシャワーのみ

各部屋にスチームの暖房機が付いているため部屋は快適



全自動洗濯機 使い方が分からず未使用

給湯タンク

80ℓしか溜められないためバスタブにお湯を溜めるのは無理

もし2人で宿泊してお湯を使い切ると水になる お湯が沸くまで2時間は待たなければならぬから注意



オフシーズンでもあり一人で泊まって

1日約9000円 9000円ですよ フロントはなく面倒だがこれは安くて快適

ヨーロッパの旅行は多少リスクがあっても、サービスアパートメントをお勧めします

最終日にタクシーを10時に予約しておいたが、10分待っても来ず

よくあること 気にしない 大通りに出て流しのタクシーを拾い空港に向かう

旧市街の歴史ある「生鮮市場」を紹介します



ボローニャは交通の便が非常によい場所

ここを拠点に、鉄道でフィレンツェ、キャンティのワイナリー、シエナ、ヴェネチアを回る予定

フィレンツェまでは特急で 35 分、ヴェネチアまでは 1 時間 30 分

ボローニャ旧市街の生鮮市場「Mercato delle Erbe」

たぶん何百年もの歴史がある市場

どこの都市に行っても、観光より優先して地元の生鮮市場は見るようにしている

その地域の食文化が分かるからだ

ボローニャ旧市街の生鮮市場 入口は立派だ 近代的建物に建て替えられている

天井は自然光をよく取り入れている



中は近代化されているが通路が狭く柱がむき出し

くだものの殆どは輸入品



キット野菜も販売

日本の鍋野菜セットのようなもの スーパーマーケットでもよく売られている

気になるロースト

奥に見える、昔ながらの観覧車グリルで豚肉と鶏肉を直火で焼いている  
手前の商品を注文すれば観覧車で一周回して温めてくれる



付け合わせのおかず

肉屋

圧倒的に豚肉が多い



ハム、ソーセージ屋 豚足に入ったソーセージ

豚足のハムかと思ったが、骨を抜きその中にミンチを詰めてソーセージにしている  
どれも常温で売られている



魚屋の塩タラ

塩抜きして煮魚やスープに使う

ヨーロッパではクリスマス前に魚を食べる習慣がある

## ドライパスタ屋

よくこれだけの種類を集めている



穀物類の量り売り 瓶詰屋 ソースとバルサミコ



パスタソースも

オリーブオイルとバルサミコ、トリフのペースト、トリフオイル  
連れは白トリフのペーストを購入



オリーブとオリーブオイル漬け屋



このオリーブは産地だけあって粒がでかい

## フードコート



ピザ屋 ここでエスプレッソを1杯  
まだピザは食べていない  
おかず屋  
ベジタリアン向けの野菜料理が多い



出口近くのレストラン

巨大の Pasta!  
と思いきや  
消防のホースであった  
消防ホースも黄色で Pasta のようだ



連れがルイビトンの店に行くというので付き合う  
途中のアンティーク屋



なんと  
日本の「からくり人形」が売られている  
本物のようだ 値段を聞くのを忘れた  
こんな景色がいい



日本でも見かけるブランドハム  
銀食器屋



アンティークだ  
アパートの近くの回転寿司「MIYAKO」



よく見ると寿司以外におかずが何品か回っている  
時間がないためよく確かめることができなかった

欧米ではベジタリアンが増えている

日本は世界に誇れる「精進料理」がある

寿司に「枝豆」はすっかり定着したが、まだまだ煮物、和え物、酢のものなど日本には健康なおかずがある

すし屋から日本食が定着してゆくような気がする

冷凍煮物であれば輸出も可能

寿司屋が狙い目

今回は、アパートで購入した商品で料理をつくる

ポーランドで料理をつくる

料理を作るというより、具材セットやレディ・ミールを使う

生鮮市場で買ったローストチキン 1.5kgくらいの鶏を半分に割ってくれた

これくらいの焦げが丁度いい



付け合わせにローストポテトを購入

茹でたポテトにオリーブオイルを絡めてグリルしたもの

合わせて€10(1350円) チキンは1200円、ポテトが150円という設定かな

値段は日本とあまり変わらない

焦げすぎと思うかもしれないがこれが普通



ボローニャ名物のチルドの「トルテローニ」  
餃子のようなものだが皮は厚い  
大きいものはまだ食べていなかったためチルドの製品を購入



冷凍の海鮮パスタ用ソースと具  
日本にも同じようなものが輸入されている



冷凍スキンパックであるため鮮度感も彩も良い

塩水でトルテローニを約3分茹でる  
茹ですぎるとグタグタになる



別のフライパンでソースと具を温めておく

水を切って混ぜるてしばらく加熱するだけ  
上からオリーブオイルをかける  
洋風水餃子という感じだ



ローストチキンとトルテローニ、ポテトで食事  
チキンはさすがにプロが焼いているだけあっておいしい  
ムネ肉の火加減もいい  
少し早いクリスマスだ

リゾットをつくる  
COOPで売られていた米(短粒米)



洗わずにオリーブオイルで米を炒める  
ここにソースを加えて加熱してもリゾットはできない  
具を加える前に水の量を調整しながら 20 位ほどご飯を炊く  
オリーブオイルで米粒をコーティングしているためすぐには柔らかくはならない

ご飯粒を割って中に少しだけ芯が残っている状態でソースと具を加える



スープが無くなるまで加熱  
米粒を割って中を確認する

水分が多すぎるとおじやになってしまう

完成 うまくできた



ごはん硬めだが芯はない

日本の寿司職人がシャリにこだわるように、イタリア人もリゾットにはこだわる料理は違うがこだわりは同じ

スライスマッシュルームときのコセットを購入



スライスマッシュルームはシンプルにオリーブオイルで炒める

煮込み用きのこセットの内容

キノコ他に、セロリー、イタリアンパセリ、人参、玉葱が入っているクセの強いセロリーとイタリアンパセリを使って、さあどう料理するかだ



日本から茅乃屋の昆布だしと液体だしを持ってきた

はたして日本チームは西洋野菜チームと合わせるとどうなるか

そのだしと塩で材料を煮てみる  
セロリとイタリアンパセリは少なめにした



きのこスープができた  
味は微妙 日本チームは負け気味  
しかし、一流レストランで出されれば、感動して飲むだろう

スライスマッシュルームはオリーブオイルとハーブ塩で炒める



しなしなになるまで加熱  
いい味が出たが、焦がしガーリックがあればもっとアクセントになったかな

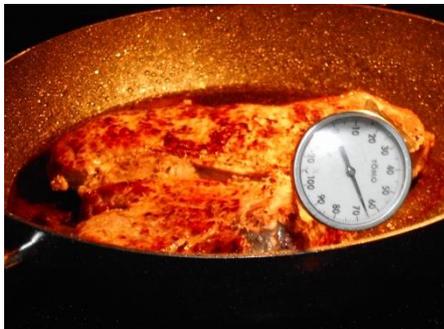
COOPで購入したグラスの牛Tボーンステーキのスキンパック  
サーロイン部分に脂が付いておらず殆ど赤身肉だ  
骨のカット部分には髄液が出ないように給水シートが貼り付けてある



オリーブオイルを敷きフライパンで両面を強火で焼く

脂がないことは表面の焼き色を見れば分かる

焦げ目がついたらフライパンごと 180℃のオーブンに入れる



下手こいた！

何を勘違いしたのか、

中心温度を55℃で止めるつもりが、豚鶏と勘違いして65℃まで加熱してしまった  
やってしまった

Tボーンステーキが完成

炒めたマッシュルームを添える



乾そばを日本から持参

特別な麵つゆをつくる



ステーキはわさび醤油で

今日のメニューは「きのこのスープ」「Tボーンステーキ」「野菜サラダ」「茹でそば」



ウェルダンになってしまったTボーンステーキ  
肉の味はしっかりするものの少し硬い  
最終日で旅の疲れもあり、食が進まない

その他の商品 小いわしのマリネ



骨はキレイに取ってあるが、かなり酸っぱい

穀物スープ



日本の雑穀のおかゆのようだ 朝食にいただくが量が多い

外食を含めて、ポーニャの名物料理は殆どいただいた