

楽しみながらお勉強

友田晶子さんの 誌上ワインスクール

ワインの魅力、 もっと知りたい！

第一回

「ワインって本当はどんなお酒なの？」

ますます身近になり、私たちの毎日の暮らしに欠かせなくなっているワイン。このページは、友田晶子さんを先生に全6回に渡って、楽しみながらワインのお勉強をしましょう、という嬉しい内容です。ワイン初心者から長年ワインに親しんでいる人まで、今さら人に聞けないような事から「なるほど」的な事まで、ばっちりレッスン。さあ、第二回目のはじまりです。



友田晶子
JSA認定シニア・ワイン・アドバイザー、第2回ワインアドバイザー全国選手権大会3位入賞、著書「編書に「女とお酒のいい関係」(小学館文庫)」「スーパードルで買えるワインの本」(マガジンハウス)など。ワインコーディネーターとして各種スクールの講師、イベントやセミナーの企画演出に活躍中。

ワインの歴史は人類より古い!?

ワインがいつ頃にできたのかはハッキリとは分かっていません。人類が誕生するはるか以前から野生のぶどうはあり、そのぶどうが落下し自然に発酵したのがワインのはじまりと考えられています。人間が初めて自分たちの手でワインを造り出したのはBC8000、6000頃の中央アジア、今のグルジアあたり。そのころのワインってどんな味なのでしょう、飲んでみたいですね。お酒の種類については、地球上にあるすべてのお酒は「醸造酒」「蒸留酒」「混成酒」の3つに分けることができます。醸造酒は糖分のある果実や糖分になる物質を持つている穀類などを発酵させたもの。蒸留酒は醸造酒を蒸留したものである。混成酒は一般にリキュールと呼ばれるものです。みなさんの、そして私の大好きなワインは、ぶどうを原料とした醸造酒なんです。口にワインといってもその種類は様々。シヤンパンが有名なスパークリングワイン、酒強化ワインと呼ばれるシェリーやポートワインなどのフォーティファイドワイン、サンゲリアやベルモットなどのアロタイズドワイン。私たちが普通にワインと呼んでいる赤や白、ロゼなどのワインはスティル(静かな)ワインというのが正式名称です。

おいしくなるうと頑張るワイン。

ワインの造り方ですが、大まかに言っても果皮や種も一緒に発酵させるのが赤ワイン。果汁だけを発酵させるのが白ワイン。果皮や種も一緒に発酵させ、途中で取り出すのがロゼワイン、と覚えて下さい。ビールやウイスキー、日本酒などは乾燥穀物を使うため年中造れ、比較的品質も安定しています。それに比べワインはその年に収穫したぶどうを使うため、一年に回その季節にしか造ることはできず、ぶどうの出来具合が味を大きく左右するんです。そして、醸造技術もワインの味を決める重要な条件。ぶどうをブレンダーするなどの品種をどれくらいの割合で入れるか、加える酵母の種類、量、発酵期間、瓶詰め前の熟成期間、瓶詰め後出荷までの熟成期間など、様々な要素によってワインの味は複雑で奥深いものになるのです。

また、他のお酒にないワインだけの特長として、瓶詰めしてから熟成する、という事があげられます。つまりみなさんがお店で買ったワインも、飲む直前までおいしくなるうと熟成を続けているわけですね。なんかそう考えるとワインに対する興味や愛情が、ますます深まってゆく気がしませんか？

さて今回は「世界のワイン、カリフォルニアのワイン」です。世界のどんな所でどんなワインが造られているのか。そして、なぜ今カリフォルニアワインが注目されているのか、その謎に迫ります。



友田さんの今月のおすすめワイン
軽い口あたりと爽やかな後味が人気
毎日飲みたいワインですね。
カリフォルニア カリフォルニアレッド750ml
希望小売価格 ¥600



「ワイングラスを選びましょ」
ワインをおいしく飲むために必要なグラスの条件としては、
●無色透明(色を楽しむ)
●口がすぼまっている(香りを逃さない)
●大きめ(香りがこもる)
●薄手のもの(口当たりがよい)
●脚が長い(手の熱がグラスに伝わりづらい)
などがあげられます。グラスの形はかみのあるホルドタイプとや細身のフルボディタイプが代表的。スパークリングワインにはフルトタイプとノンチャタングがあります。

コラムで乾杯!

友田さんと行く、カリフォルニアガロワイナリー見学ツアーご招待!

カリフォルニアにある世界最大規模のE&Jガロのワイナリーに3名様をご招待します。住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入の上、ご応募ください。

旅行期間: 8月末から9月上旬を予定
宛 先: 〒103-0007 東京都中央区日本橋浜町2-35-4 日本橋浜町パークビル2F ガロジャパン株式会社
「ガロワイナリー見学ツアー」招待、発行
切: 7月27日酒印有効
締 切: 7月27日酒印有効
表: 当選者の方に直接ご連絡いたします。

楽しみながらお勉強

友田晶子さんの 誌上ワインスクール

第二回

ワインの魅力、 もっと知りたい!



「世界のワイン、カリフォルニアのワイン」

世界の様々な国で、様々な種類が造られ、そして飲まれているワイン。誌上ワインスクール2回目の今回は、世界の代表的なワイン生産国を紹介します。みなさんがいつも飲んでるワインはどこの国のどんな味のワインですか。友田さんのお話を聞きながら、ちょっとした知識を身につければ、ワインをもっともっと楽しめるはず。「私もワインについてちょっとウンチク語ってみたい〜」という人も、要チェック。それでは友田先生、よろしくお願ひします。



友田晶子

15歳認定シニア・ワイン・アドバイザー。第2回ワインアドバイザー全国選手権大会最優秀賞(女性ではトップ)。著書、編書に「女とお酒のいい関係」(小学館文庫)、「スパイで買えるワインの本」(マガジンハウス)など。ワインコーディネーターとして各種スクールの講師、コンサルティング、イベントやセミナーの企画演出に活躍中。

今夜はどこの国の ワイン、飲もうかな。

よいワインを造るためにまず必要なのが、ワインに適したよいぶどう。ぶどう栽培には年間の平均気温が10℃〜20℃の温暖な地帯が最適です。地理的にはだいたい北緯30度〜50度、南緯20度〜40度の範囲の地域でワインは造られています。それでは主な生産国のワイン事情を紹介しましょう。

フランス：ワイン王国として自他ともに認めるフランス。地域ごとに個性あふれるワインが生産されているのが特長です。なかでも有名なのがボルドーとブルゴーニュ。ボルドーは、赤は渋味とコクがあつて重いタイプ、白は辛口のさっぱりタイプが主流。ブルゴーニュは、赤は渋味があまり強くなく、酸味が強めの繊細なタイプ、白は軽いタイプからコクのあるどつしりとしたタイプまで揃っています。イタリア：毎年フランスと生産量世界を競っているイタリアワイン。カジュアルな印象が強く、生活に密着したタイプのワインが知られています。代表的なのはトスカナで造られるキヤンティで軽くて飲みやすい赤ワイン。産地としてはトスカナその他、ピエモンテやヴェネトが有名です。ドイツ：ドイツはぶどうができる最北の北緯50度に位置しており、甘味の

少ないぶどうからは、アルコール度数が低めで酸味の効いた繊細なタイプのワインが多く造られています。白ワインが90%を占めているのも大きな特長。ラインガウではコクがあり寿命の長いタイプの白ワイン、モーゼルではフルティで優雅な味わいの白ワインを造っています。オーストラリア：品種の個性をいかしたワイン造りをしています。甘くアルコール度数の高いパワフルなタイプのワインが多いようです。チリ：ヨーロッパと同じ地中海性気候のチリで造られているワインは赤も白も果実味たっぷり。値段のリーズナブルさも含めて、近ごろ注目を集めています。日本：技術や研究面ではアメリカ同様トップクラス。酸味も渋味も穏やかで柔らかく、和食に合わせて軽いタイプが多いのが特長です。

だからおいしい カリフォルニアワイン。

アメリカのワインは約90%がカリフォルニアで生産されています。カリフォルニアは昼暖かく夜寒いというぶどうの生育にとって絶好の気候に恵まれているからなんです。とくにソノマ郡などの太平洋沿岸地域は、海流の影響による風や多様な土質などによって複雑な気候風土が生まれ、品種の個性をいかし魅力にあふれたワインを多く産出しています。権威あるワインコンクールにおいてカリフォルニアワインは数々の優秀な成績を納めているんです。ワインに関しては歴史の浅いアメリカですが、カリフォルニアはもう世界的なワインの銘醸地になった、と言つてもいいと思いますよ。私もカリフォルニアワインの大ファンです。



さて今回は「カリフォルニアワインの品種と分類」です。人気のカリフォルニアワインについて詳しくレクチャー。お楽しみに！
このシリーズに対する感想を下記住所までお寄せください。抽選で50名様にガロオリジナルのソムリエナイフをプレゼントします。

コラムで乾杯!

- #### 「ワインまわりの小物たち」
- 1 ラベルコレクトホルダー：これをボトル上のラベルに貼つてはがすと、きれいにラベルがはがれます。自分がどんなワインを飲んだか記録を残したいとき便利です。
 - 2 スクリュープル・ワインオープナー：ポケットモラル：上のノズルを一方に回すだけでスクルーがコルクに入り、コルクが抜けるスクレムの何とN.A.S.A.が開発。バキューバン：栓をして、ポンプを使ってボトル内の空気を抜きます。酸化を防いでワインが長持ち。
 - 3 スクリュープル・シルカッター：挟んでちょっと回すだけで、簡単にキャップシールを切って取り除けます。
 - 4



友田さんの今月のおすすめワイン
冷やしてキリリとおいしい
爽やかワイン！今年の夏の定番です。

★今晩はこんな料理と
試してみてください！

- ★シーフードサラダ
- ★魚の塩焼き
- ★ボンゴレなど...

カルロロッシ ホワイトトースト
参考価格 ¥1300

楽しみながら勉強

友田晶子さんの 誌上ワインスクール

ワインの魅力、 もっと知りたい！



「カリフォルニアワインの品種と分類」

いよいよ「誌上ワインスクール」も3回目。2回目までを初級編とすると今回からは中級編です。カリフォルニアワインが造られるどのような品種とできたワインの分類について勉強しちゃいましょう。あなたの好きなワインは、どんなぶどうから造られていて、どんなタイプのワインか知っていますか？それを知れば、ワインについてもっと興味湧いて、もっとおいしく楽しく飲めるはず。さあ、それでは友田先生、お願いしま〜す。

ぶどうは色々、
だからワインも色々。

いま人気のカリフォルニアワイン。気軽に飲めるカジュアルなタイプのワインから、深い味わいを持つ銘品まで、その魅力も様々です。ワインのおいしさを決める要素としては、醸造技術はもちろんの事、やはりぶどう。最近ではワインをぶどうの品種で選ぶ人も増えており、品種の個性が感じられるワインが人気のようです。それでは簡単に代表的な品種



友田晶子

USA認定シニア・ワイン・アドバイザー。第2回ワインアドバイザー全国選手権大会3位入賞（女性ではトップ）。著書、編書に「女とお酒のいい関係」（小学館文庫）「スーパードライネーターとして」各種スクールの講師。コンサルトリング、イベントやセミナーの企画演出に活躍中。

の特長を紹介します。まずは赤。

カベルネ・ソーヴィニオン：色が濃く渋味が強く、熟成するほどに味に深みが増し、重厚なタイプの個性的なワインになります。カシスやベリー、そして野菜のような香りがします。

メルロー：カベルネ・ソーヴィニオンを少しやさしくした感じ。野菜っぽい香りと甘酸っぱいブルーンのような香りがします。

ピノ・ノワール：色が淡く渋味が穏やかで、やや酸味のあるやわらかいワインになります。ラズベリーや梅の風味が感じられます。

ジンファンテル：他ではあまり見られないカリフォルニアの代表的な品種。やや渋味が多く甘味のつた力強いタイプのワインに。このジンファンテルでロゼも多く造られています。

白ワインは次の2品種を紹介しします。シャルドネ：熟成させ、コクのある辛口の白ワインができます。オレンジ、桃などの果実味もたっぷり。この品種からはスパークリングワインも造られます。

ソーヴィニオン・ブラン：いきいきとした酸味があり、キレのいいワインになります。青草や野菜の爽やかな香りが特長です。どうですか、ぶどうにも色々あるものでしょう。では、あなたが今夜飲もうとしているワインのラベルには、品種名が

記されていますか？ちょっとラベルを見てください。

ラベルに隠された ワインの秘密!?

ラベルに品種は書いてあったでしょうか。カリフォルニアワインには国の法律で決められた格付けがあり、それによって記載しなくてはいけない要素が指定されているのです。

ヴァラエタル・ワイン：ラベルにぶどうの品種を表示したワイン。単一品種を75%以上使用していることが必要条件。産地も併記されますが、郡名なら75%、州名なら100%の使用量が必要です。ジェネリック・ワイン：品種に規定のない気軽なブレンドワイン。RedやWhiteなど色の名前や、似た風味を持つヨーロッパの産地の名前がついています。その他にメーカー独自のプロプリエタル・ワインなどがあります。最後にラベルの見方を簡単に説明しましょう。

- 内容量 750 mL
- アルコール度数 13% alc./vol. 13 W/VOL
- ワイン名=Ernest & Julio Gallo (アーネスト&ジュリオ ガロ)
- 品種名=ジンファンテル (ぶどうの品種名があるので ヴアラエタルワイン)
- 生産者・瓶詰者の名前と場所
- ヴィンテージ (ぶどうの収穫年) =1996
- 産地=カリフォルニア (州名があるので 単一品種100%使用)

さて今回はカリフォルニアにあるE&Jガロのワイナリーを紹介します。世界的にも評価の高いE&Jガロのワインは、どんな所での様に造られているのか？お楽しみに！

このシリーズに対する感想を
下記住所までお寄せください。抽選で
50名様にガロ・ジンファンテルの
ソール・メド・オン・ワッティルをプレゼントします。

コラムで乾杯!

「ワインノートを創ろう」
ワインを飲んだワイン名や産地、飲んだ場所、どんな味でどんな料理と合わせたのかなど、そのワインについて簡単にでもメモしておくと、ワインの世界は広がるはず。お気に入りのノートにラベルを貼ったりイラストなども入れたら、世界にただ1冊の素敵なオリジナルワインノートを創ってみては。



友田さんの今月のおすすめワイン
バランスのとれた飲み心地の良い逸品

★焼き鳥など...
★ハンバーグ
★ミートソース
★デザート
★デザート
★デザート

今月はこんな料理に
試してみよう!

E&Jガロ
カリフォルニア・ヴァラエタル
カベルネ・ソーヴィニオン
750ml 参考価格13,000円

楽しみながらお勉強

友田晶子さんの 誌上ワインスクール

ワインの魅力、 もっと知りたい！

第四回

「カリフォルニア篇①」 E&Jガロ・ワイナリーを訪ねて



「誌上ワインスクール」も4回目を迎え、いよいよ海外進出！です。目指すはカリフォルニア州ソノマ。読者代表のラッキーな3人が友田さんとともにワイン造りの現場を訪ねます。様々なワイナリーを見てきた友田さんも、ガロのワイナリーは初めてとの事。4人でなかなか丘陵地にある雄大なぶどう畑を歩きながら、カリフォルニアワインのおいしさの秘密に迫ります。



E&Jガロの哲学の象徴(ジュリオズ・ツリー)。

おいしいワインは、
おいしいぶどうから。

ここはサンフランシスコ市内から車で約2時間の、ソノマ・カウンティ(郡)にあるガロワイナリーのフライランチワイナード。ワイナードとはぶどう園のことです。ガロはソノマカウンティ内に8カ所、計3千エーカー(1エーカー約4047平方メートル)以上の広大なワイナードを持っています。このワイナードで育てているのは、カベルネソーヴィ



友田晶子

USA認定シニア・ワイン・アドバイザー。第2回ワインアドバイザー全国選手権大会3位入賞(女性ではトップ)。著書「編者」に「女とお酒のいい関係」(小学館文庫)、「ワイナリーで買えるワインの本」(マガジンハウス)など。ワインコーディネーターとして各種スクールの講師、コンサールディング、イベントやセミナーの企画演出に活躍中。

ニヨン、ジンファンデル、シラー、メルロー、カベルネフランなどの赤ワイン種が中心。白はシャルドネが少々ある程度だそう。では皆さん、このジンファンデルをちよと摘んで食べてみてください。「うん、甘酸っぱくておいしいー！(清水さん)」でしよう？でもこれが約一週間後の収穫時期になると、もつと糖度が増すんです。発酵するためには高い糖度が必要なんです。じゃ、今度はカベルネソーヴィニヨンを食べてみてください。「うん、これもおいしい。でも皮が少し厚いですね。(井関さん)」その通り。カベルネソーヴィニヨンは皮が厚く、種もやや大きいのが特長です。その特長が渋味とか重厚とかで形容される、あの個性的な味のワインになるんですね。それではおいしいぶどうを造るにはどうするか。皆さん、ぶどうの木の下を見てください。ぶどうの木に取り付けられた管から、根元に水がゆっくりと滴ずつ落ちていきますね。これはアメリカ独自のドリップ方式というやり方で、コンピュータで土の湿度を計り、少しずつ最適な水分を与えられるように工夫されたものです。水はけの良い土壌で、水分や養分を控えるにして、きびしく育てないと、甘味のある良いぶどうはできないんですよ。「まるで子供を育てるみたい。(岡本さん)」ホントですね。

ぶどう畑は所有する 土地の50%以内。

第二回目にもありましたが、ぶどうの生育に適した気候条件といえは、昼暖かく夜涼しい、ということ。特にこのソノマは朝晩の霧で、グッと涼しくなり、ぶどうに爽やかな酸味が出るんですね。また、起伏に富んだ地形と、少し離れたところでも変化するマイクロクライメット(微小気候)によって、個性あふれる様々な品種ができるのもソノマの特長。その優れた土地柄とワイナリーに関するハイレベルな技術・施設があるからこそ、ガロのワインは世界中から高い評価を得ているんですね。そして、創始者であるアーネストとジュリオのガロ兄弟の「最高のワインを造りたい」という夢に向かって、今も日々様々な試行錯誤が続けられているみたいです。ジュリオといえは、皆さん、あそこにあるちよと大きめの一本の樹(写真上)を見てください。あれが通称「ジュリオズ・ツリー」です。あれはジュリオがここに畑を作るとき、「ここよりも上に畑を作るとはやめよう」と決めた目印なのです。それは「土地の50%以上はぶどう畑にせず、自然のままを残す」という自然保護の理念の



(左から)ご夫婦でガロワインのファンの井関さん、「ぶどうを育てるのって子育てと似ている」と岡本さん、ぶどうのおいしさに感激だった清水さん。

表れてきた。そのポリシーは様々な形で今も受け継がれ、例えばガロの所有するワイナードで生まれる鴨の総数は、アメリカのどの州で生まれる鴨の総数よりも多いという調査結果もあるそうです。驚きですね。ただ、やみくもにワイナリーだけに没頭するのではなく、周りの環境との共生を考えること。ガロは環境保護が声高に叫ばれる以前から、考え、そして実行していたのです。



早くワインになったのを飲みたい、と収穫も近いジンファンデルを手待ちきれない(?)友田先生。

さて今回は「カリフォルニア篇②」です。おいしい食事ももっとおいしくいただくためのワインのあれこれをお勉強。カリフォルニアスタイルのお料理もいろいろ紹介します。お楽しみに！

このシリーズに対する感想を
下記住所までお寄せください。抽選で
50名様にガロ・ワイナリーの
ソノマワイナードをプレゼントします。

友田さんの今月のおすすめワイン

カリフォルニアならではの品種。力強くスパイシーな風味の逸品です。



★今夜はこんな料理と
★合わせて！
★やきとり
★豚の角煮
★ハヤシライスなど...
E&Jガロ
ノースノマ ジンファンデル
750ml 参考価格 ¥2880

楽しみながらお勉強

友田晶子さんの 誌上ワインスクール

ワインの魅力、 もっと知りたい！



第五回

「カリフォルニア篇」② ワインと料理の美しい関係」

今回は「カリフォルニア篇」の2回目。ワインと料理の美味しい楽しみ方をお勉強しちゃいましょう。皆さんはレストランで食事する時や、週末の夕食時などに「どんなワインがこの料理に合うのかしら？」と悩んだことはありませんか。そんな時のために、友田さんがナイスアダイブス。今日はワインと一緒に食欲をそそるカリフォルニアの料理も紹介します。



ワインと料理の 幸せな結婚

皆さんが「このワインおいしい」と感じる時って、たいてい一緒に食べているお料理もおいしいと感じていませんか？ワインほど料理と相性のいいお酒はない、といわれています。ワインは料理の味をさらいおいていく、料理によってワインもいつそうおいしくなる。ワインと料理のそんな素敵な関係をフランスでは「マリアージュ(結婚)」と表現するほどなんで

友田晶子



JSA認定シニア・ワイン・アドバイザー。第2回ワインアドバイザー全国選手権大会3位入賞(女性ではトップ)。著書「編者」に「女とお酒のいい関係」(小学館文庫)「スーパードライネーサー」として各種スクールの講師。コンサルティング、イベントやセミナーの企画演出に活躍中。

すよ。皆さんもメニューに合わせてワインを選んで、幸せな「結婚」を演出してみてください。

さてワインの選び方。もちろん好みで組み合わせるOKなのですが、マリアージュの経験則というものもあります。それを知って、さらにバリエーションを自分で発見していくのはどうでしょうか。基本的なものを生みあげてみます。

1 軽い料理には軽いワイン、重い料理には重いワイン
2 料理の格や繊細さにワインも合わせる

3 その土地の料理には、その土地のワインを合わせる

4 ワインを多く使った料理には、そのワインを合わせる

よく魚には白肉には赤といわれますが、魚や肉にも色々な種類があります。同じ魚でも赤身のカツオやマグロ、あるいは脂の乗った青魚などには赤ワインの方が合いますし、鳥や豚などには白ワインには白ワインの方が合います。赤か白かということだけでなく、料理とワインの重さから考えようといでしょう。同じ事が格についても言えます。繊細な和食には繊細なワインを。大胆なTボーンステーキには渋味の強い大柄の赤ワインを。もつとわかりやすい基準としては、ワインはその土地柄がよく表れているので、郷土料理にはその土地のワインを合

わせると、たいがいうまくいきます。また、ワインを使った料理なら、料理と同じワインを飲むというのも、基本です。

カリフォルニアは ワインも料理もグッド。

温暖な地中海性気候のカリフォルニア。その恵みである豊富な食材の素材の良さを生かし、ヨーロッパやアジア料理のエッセンスを積極的に取り入れてきているのがカリフォルニア料理の特長です。このパスタやサラダなどが盛りだくさんの「皿(一番上の写真)」もスパイスの使い方にと工夫あり。「チコリもズッキーニもすごく歯応えが良くておいしいし、面白い味(井関さん)」「このスモークサーモンは、すこく香ばしい(清水さん)」「これにはすっきりとした白のシャルドネが合うと思いますよ。このワイルドないかにもアメリカという感じのTボーンステーキには、もちろん赤。カベルネソーヴィニヨンもいーし!」「ジンファンテルもおいしい!(岡本さん)」「うん、ほんとに。さあ、まだまだ食べて飲みましょう!」



(左から)清水さん、井関さん、友田先生、岡本さん。カリフォルニアの明るい陽光が何よりのごちそう。



スパイスなアジアテイストのリゾット。上に乗ったTOFUはこちらの方ではヘルシーということで人気が高い。



ワイルドマッシュルームのソースがさらさらうま味を増すTボーンステーキ。付け合わせの野菜も新鮮で味が濃い。



ボリュームいっぱいタンジュネスクラブ。皆、黙々とこのカニと取り組んだ。「味が濃いカニは赤ワインも良く合いますよ」と友田先生。

さて次回はいよいよ最終回。友田先生の優しくも奥深いレッスンも最後です。これをきちんと受ければあなたも立派なソムリエに!?お楽しみに。

このシリーズに対する感想を下記住所までお寄せください。抽選で50名様にかがロオリングナルのソムリエナイフをプレゼントします。

友田さんの今月のおすすめワイン
バランスのとれた飲み心地の良い逸品



★今月はこんな料理と
★試してみよう!
★ハヤシライス
★豚の角煮
★ミートソースなど...
E&Jガロ
カリフォルニア・ウエアカタル
カベルネ・ソーヴィニヨン
750ml 1本 定価 ¥3,300

楽しみながら勉強

友田晶子さんの

誌上ワインスクール

ワインの魅力、
もっと知りたい！

最終回

「ワインと女性のもっといい関係」

「好評いただいた『友田晶子さんの誌上ワインスクール』も、六回目の今号でとうとう最終回。今までの五回分すべておつき合いたいただいた読者の方は、自分でも知らないうちになかなかのワイン通になっているかも。最終回の今回は、私たち女性とワインとのもっと素敵な関係を友田さんから提案。最後までだから友田さんも気を許して、いつもよりも舌もなめらか。楽しいお話になりそうです。さあ、それでは友田さん、お願いしま〜す。



友田晶子

友田晶子
JSA認定シニア、ワイン・アドバイザー。第2回ワインアドバイザー、全国選手権大会3位入賞（女性ではトップ）。著書、編書に「友とお酒のいい関係」（小学館文庫）、「スパードで買えるワインの本」（マガジンハウス）など。ワインコーディネーターとして、醸造スクールの講師、コンサルティング、イベントやセミナーの企画演出に活躍中。

年末はワインの季節なんです!?
飲む機会がぐらと増えるこれからの季節、お酒のカロリ―がちよつと気になったりしますよね。ここで唐突ながら問題です。一番カロリ―の低いお酒は何でしょう。答えはビールで、コップ一杯200ミリリットル中80キロカロリ―。次にカロリ―が低いのがワイン。グラス杯120ミリリットル中80キロカロリ―。日本酒はワインの倍、ウイスキーやブランデーは、そのまた倍、という比率になっています。

水分が多くアルコール分が少ない方が、カロリ―は低いのです。糖類に関しては、ビールが全体の3%でワインはその半分。ワインは甘いぶどうから造られるため、女性の大敵であるカロリ―や糖類の割合が多いと思われがちですが、実はそうでもないのです。ワインそのものというよりも、一緒に食べる料理のほうにカロリ―の問題は潜んでいるようです。ワインがあるとしても料理はおいしいくなつちやいますもんね。私もデザートはペツバラだし、飲んでワイワイ騒いだ後のラーメンも大好きですし…。まあ、ワインを楽しむ時にカロリ―の事を考え過ぎては仕方ありません。適度なお酒は美肌が良い、ぐらゐの気持ちで楽しみたい。また、今はお歳暮の季節。まだ贈られていない方は、今年はおしゃれにワインを贈る、というのはいかがですか。ワイン好きのお友だちに、そのワインの生まれ故郷や年、ぶどう品種などのプロフィール、味の特徴、冷やすのか室温か、すぐ飲むのか何年後まで持つのか、どんな料理と合うのか、などを簡単にのびから書き添えたいでしょう。ラッピングに凝るのも面白そうですね。ボトルやワインの色とりボンの色を合わせて、でも、ワインと共に自分も出掛けて、お話ししながら相手と一緒に飲むのが一番いいおつき合い、ですよ。

ワインは人生を楽しむための名脇役。
みなさん、どんな時にワインを飲みたくありませんか？ 仕事を終えて充実感のある時や家事をこなしてホッとした時、スポーツの後など、オシャレをして気分がいい時なんかも、さつとさつ。つまり、楽しい時や嬉しい時、気持ちが良い時、特にな時が圧倒的に多いと思います。特に私はそう。そんな時はひとりでも飲んじゃう時だつて。悲しい時、怒っている時は、まず飲みませんね。対して男性の場合は楽しいお酒ももちろんありますが、仕事で失敗したとか、頭にきた事があったとか、女性に比べると少しだけネガティブな飲み方が多い気がします。女性がワインを飲む時は幸せな時、ということになるんでしょうね。また、気の合う友だちと一緒に時や家族が揃った時もワインタイム、ですよ。もちろん、ダンナ様とふたりの時も。今の季節なら、すき焼きをふたりでつくきながら、力強いフルボディの赤を。あつさりした水炊きなら、すつきりとした白がいいかも。でも、ワインや料理はあくまでも脇役だと私は思うんです。主役はそこにいる人たちであり、会話です。それを彩り、素敵な時間を作ってくれるのがワインであり、料理です。だからワインは人生の名脇役といえるんじゃないでしょうか。6回に渡った「誌上ワインスクール」の最後に皆さんにお伝えしたのは、ワインに関する様々な知識はワインを楽しむためにある、という事。今までお話しした知識は、ただ知識として取っておくのではなく、ワインを楽しむために役立ててください。ワインを楽しんで、そして人生をもっともっと楽しみましょう。それでは、またどこかで会いましょう。その時は一緒に飲みましょうね！

このシリーズに対する感想を下記住所までお寄せください。抽選で50名様はガロオリジナルのソムリエナイフをプレゼントします。

★今夜はこんな料理を★
★試してみてください★
E&Jガロ
カワフォルテ・ヴァニエラ
カベルネ・ソムリエ
750ml 参考価格 ¥1300
★すき焼き★
★ホットフンド★

「テイस्टイングをやってみよう」
レストランでワインを頼んだ時、店員が「さあ、テイストしてください」といって、グラスを渡してきます。テイストとは、口に含むこと。つまり、舌で味わうことです。テイストするときは、ワインの色や香り、味、口当たり、残りを残さず、舌全体で味わってください。次にワインを飲む時は、舌の先端でワインの味を味わいます。舌の先端は、舌の最も敏感な部分です。舌の先端でワインの味を味わうことで、ワインの味をよりよく楽しむことができます。舌の先端でワインの味を味わうときは、舌の先端をワインの表面に当て、舌の先端でワインの味を味わってください。舌の先端でワインの味を味わうときは、舌の先端をワインの表面に当て、舌の先端でワインの味を味わってください。舌の先端でワインの味を味わうときは、舌の先端をワインの表面に当て、舌の先端でワインの味を味わってください。