

必ず飲みたい!

至福の

ワイン

国別
ワイン
最新情報

今飲むべきワインは泡? 白?
ネット通販の注意点は?

新しいワイン学

パーカーポイントって?
ワインの保存方法は?

ワイン再入門

定番おつまみ、寿司、チーズ

**プロが教える
マリアージュ**

注目の造り手徹底取材

**今、日本の
ワインが美味しい!**

新しい
ワインブームが
やってきた!
やっ



考え方 1

1 重い料理には重いワイン

安易に肉には赤、魚には白というふうに合わせてのではなく、料理の重さ軽さでワインを考えること。

2 郷土料理にはその土地のワイン

フランス料理にはフランスワインが合うし、イタリア料理も同じ。ピヤベースならプロヴァンスのワインが合うという具合に。

3 料理に使ったワインを飲む

白ワインソースなら白ワイン、赤ワイン煮込みなら赤ワインというように料理に使ったワインを飲む。

4 料理の格とワインの格を合わせる

ヒレステーキのフォアグラのせにコンビニのワインでは格が違いすぎる。ワインと料理の格は合わせたほうが良い。

考え方 2

1 ハーモニー

料理とお酒の味や香り、余韻、食感などが同じようなものはハーモニーがとれ、おいしく感じる。

2 マリアージュ

第3の味が生まれること。フォアグラのテリーヌに極甘口のソーテルヌなど相反する味わいを重ねることで生まれる。

3 料理を引き立てる

料理を引き立てるワイン。日本酒でよく言う「料理をじゃましない酒」という概念で考えるとわかりやすい。

4 ワインの味を良くする

ワインを引き立てる料理。軽いつまみで、飲みたいワインを飲むということ。塩辛で日本酒を飲むようなもの。



ワインと食事を合わせる基本

ワインと食事の合わせ方について、基本となる考え方がある。それを知ることで、ワインがもっと美味しくなるし、料理も際立つ。ここでは、その考え方を紹介しよう。

難しく考えないのがワインと合わせるコツ

「ワインと料理に絶対というものはないんです」

と友田晶子さん。とはいえ、やはりワインと料理を合わせるための法則のようなものはあるのかは知りたいところ。

友田さん曰く、ワインの教科書にある基本のポイントが以下の4つ。

まず、重たい料理には重たいワイン、軽い料理には軽いワインというもの。同じ魚料理でもオリーブ油でさっと焼いてレモンをかけたようなものもあれば、こつてりした煮込み料理もある。肉でもしゃぶしゃぶとビーフシチューでは濃さが違うように、安易に肉は赤、魚は白ではなくて、料理の重さ軽さとワインを合わせるという考え方だ。

次に、郷土料理にはその土地のワインを合わせるということ。日本でいえば、さきたんぼに秋田の地酒を合わせるようなものだ。

3つ目が、料理に使ったワインを飲むというもの。白ワインソースなら白ワインが良いし、赤ワイン煮込みなら赤ワイン

という具合だ。

最後はワインと料理のバランスだ。カジュアルなピザに、何万円もするワインは合わないし、フルコースを食べているのに500円ワインでは悲しい……。ワインと料理の格は合わせるのが大切だ。

「もうひとつの切り口はワインだけでなく、アルコール全体で言えることですが、これも4つあります」

まず、料理とワインを同調させること。次がマリアージュ。これはタイプの違うワインと料理を組み合わせることで、第3の美味しさが生まれるというもの。3つ目は料理の味を引き立てるワインを飲むというもので、4つ目は3つ目の反対でワインの味を引き立てるものを食べるということ。

「ただし、ワインは嗜好品ですから、自分が美味しいと思うことが大切。軽いつまみでワインそのものを味わっても良いし、こつてりした料理を洗い流すようにさっぱりしたワインを合わせても良いです。気軽に楽しんでください」

日本人の食事とワインを合わせるポイント

一品をどーんと食べるときと、いろいろなものをあれこれ食べるときでは、合わせるワインは異なると友田さんは言う。

「例えば、鍋のように一品を最初から最後まで食べるといふならワインを合わせるのには、比較的簡単です。例えば、ぶりしゃぶのようなものなら芳醇な白ワインを合わせるとか、牡蠣の土手鍋やもつ鍋には重い赤ワインを飲むとか」

とはいえ、日本人の食卓は、冷や奴

に麻婆豆腐、ポテトサラダが並ぶなんてことも。一品ずつ、違うワインを合わせるのには現実的ではない。

「そんなときに私がおすすめているのは、醤油に合わせるといふ考え方。だいたいの日本食には醤油が入っていますから。醤油に合わせることで軽い赤ワインを飲んでおけば、まずは間違いはない。もうひとつ、塩辛で日本酒というイメージで、軽いつまみを食べながら、飲みたいワインを飲むのもおすすめです」

point 1

メイン料理があるなら それとワインを合わせる

メインがはっきり決まっているようなときは、それに合うワインをもってくれば間違いはない。ローストビーフなら軽い渋味の赤、ローストチキンなら濃い目の白というように合わせていく。



point 2

ワインをメインにして楽しむ

料理を主役にワインを選びがちだが、発想を変えて、ワインを主役にしてしまう。今日は白の気分なら白を飲めばよいし、赤ならば赤でよい。その日の気分や好みでワインを決めてしまえばよい。ワインは自由に楽しめるものなのだ。



教えてくれた人 友田晶子さん
トータル飲料コンサルタント。ソムリエでもあり、アルコール飲料とそれに関わる食全般に関わる。



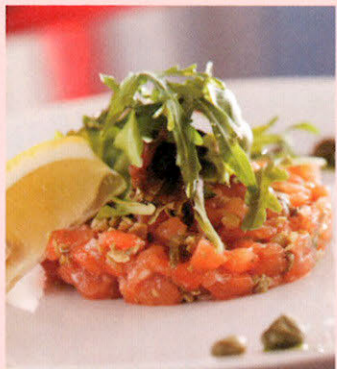
白・黄・緑の料理は白ワイン

クリームソースやカレーソースには芳醇なもの、チキンにはコクのあるものを。グリーンサラダならフレッシュな白を合わせる。



オレンジの料理は
ロゼワイン

ピンク・オレンジ・赤・茶の
料理は赤ワイン



サーモンなどオレンジ色の料理はロゼで。ロゼは醤油にも合い、日本料理はよく合う。



ミートソースやトマトソース、さらにこってりした赤ワイン煮込みやデミグラスソース煮込みは重めの赤を。刺し身などちょっと醤油をつけて食べる料理には軽い赤を。



ワインと
マリナーズ

ワインの「色」と料理の「色」を合わせる

最近よくいわれているのが、料理の色とワインの色を合わせるといふ考え方。魚料理でもトマト煮込みやデミグラスソース煮込みなら赤ワインが合うというものだ。

ワインと
マリナーズ

酸味のある白と軽めの赤は万能選手

どんな料理でも合わせられるワインがある。それは酸味のある白と軽めの赤。酸味のある白はレモン替わりに、軽めの赤は醤油を使った料理に合う。

Keyword ①

酸味のある白ワインは レモン替わりになる

高級な樽熟成しているような白ワインは生ものやあっさりした料理とはケンカしてしまう。その点、酸味のある白は、とんかつや天ぷらなどレモンをかけて食べる揚げもの、生牡蠣、マリネなどに合う。ワインを酸味という調味料と考えればよい。

こんなワイン

酸味のあるミユスカデは使い勝手が良い。また、ブルゴーニュ・アリゴテはキレの良い白ワイン。酸味に加えて適度なコクもあるので和食によく合う。アルザスやドイツの白ワインもおすすめ。



Keyword ②

軽めの赤ワインは 醤油と合う

軽めの赤ワインは幅広く合う。特に醤油を使った料理が多い和食にはおすすめ。お醤油と軽めの赤はよく合うし、和食はさまざまな料理が並ぶことが多く、何か一品を合わせるというより、料理のじゃまをせず、ちょっと控えめなものを選ぶという意味からも軽めの赤は良い。

こんなワイン

まず、ボージョレー。ブルゴーニュのピノ・ノワールやロワールのカベルネ・フランも良い。お手軽なのがコート・デュ・ローヌ。3000円以下のお手頃な価格のもので十分楽しめる。





カルパッチョ (白身魚) =
軽いコクのある白

白身魚のカルパッチョはレモンをかけていただくイメージから酸味のある白を



カルパッチョ (生の牛肉) =
スパイシーな赤

本来の意味でのカルパッチョなら、生の牛肉と合わせてスパイシーな赤を



スモークサーモン =
軽めのコクのある白

定義からすればソーヴィニヨン・ブランがよく合う。アルザスのリースリングなどもおすすめ



パテ =
スパイシーな赤

コクのあるパテはスパイスも多く使われているのでスパイシーな赤を。渋いものもおすすめ



ソーセージやハムの盛り合わせ =
軽めの赤

ソーセージやハムなどの盛り合わせをつまみで飲むなら、万能選手・軽めの赤を



鶏のトマト煮 =
軽めの赤

トマト煮には赤を。ただ、渋味のある重いものより軽めの赤がよく合う



パン + オリーブ油 = スパークリングワイン

最初のつまみのイメージがあり、スパークリングがふさわしい



生ハム = スペインのカバ

生ハムはスペインの郷土料理なのでまずはシェリーやカバを。脂と塩分はドライな白も合う



アボカドのディップ = 甘めのシャルドネ

アボカドは脂肪分も甘味もあるので、酸味のある白より甘めの白を



ブルスケッタトマトのせ =
ロゼのスプマンテ

ブルスケッタはイタリアの料理。そして生のトマトにはロゼが合う。ゆえにロゼのスプマンテを



ピクルス =
酸味のある白または
スパークリングワイン

さっぱりとした酸味のピクルスには負けない酸味のある白を。スパークリングでも OK

定番つまみにはこのワインを合わせる

気の合う仲間とつまみを持ち寄ってワインを楽しむ。生ハムやスモークサーモンなど定番つまみとよく合うワインを紹介しよう！

郷土料理は その郷土のワイン これが合わせる基本

「ワインとブルスケッタは前菜の定番ですが、何をのせるかによって、合うワインは変わりますね。」

と友田さん。例えば、オリーブ油をつけただけのシンプルなものなら、料理のスターターとしての役割を果たすことが多いだろうし、やはりスパークリングワインが良いという。

「トマトがのつていけば、ロゼのスプマンテなんて良いですね。アボカドなら甘めのシャルドネ。ブルスケッタとひと言で言うても、合わせられるワインは意外と幅広いものです。」

マリネも何のマリネかで合わせるワインは異なるし、カルパッチョもそう。サーモンのカルパッチョと白身魚のカルパッチョでは当然、合うワインは違ってくる。

「そもそもカルパッチョってベネツィアの料理で肉が本式。郷土料理にはそのワインという定義から、ヴァルポリチエラやバルドリーノが合います。」

このように、郷土料理と郷土のワイン

という組み合わせ方は基本ルール。その法則から考えて、スペインの郷土料理・生ハムにはやはりカバが合うのだと友田さんは言う。

「例えば、パテもともと郷土料理でよく出されるのはコート・デュ・ローヌとかボージョレーなんです。スパイシーなパテであれば、コート・デュ・ローヌのシラーはスパイシーでおすすめ。パテは脂もあるから、比較的渋めの赤を合わせても良いですね。」

飲みたいワインを料理に 少量入れれば相性抜群に

鶏のトマト煮は軽めの赤が合うのだが、このときも秘策があるのだとか。

「トマト煮を作るときに、ワインをちょっと入れてしまおう。キャンティでもボージョレーでも何でも良いので、お手頃な赤ワインを料理に使う。それだけで相性はぐんと良くなります。」

ちょっと使うのはとてもおすすめ。あさりの酒蒸しも日本酒ではなく白ワインを使えば、ワインによく合うつまみになるし、ワイン蒸しで使った白はもっと合う。ワインの定番つまみではないが、うなぎの蒲焼も、温めるときに少し赤ワインをふると、ワインによくある料理に変わる。

「ちょっととした工夫で、ワインも料理ももっと美味しくなるんです。」



驚きのこんなマリージュを紹介!



餃子 =
辛口のロゼ、スパークリング・ロゼ

餃子はワインにぴったり。辛口のロゼやスパークリングがビール替わりに



しば漬け = シャンパーニュ

しば漬けの酸味にシャンパーニュは意外とよく合う。また、ロゼのスパークリングでも良い



ポテトチップス =
軽めの赤、重めの白

意外かもしれないが、軽い旨みとクリスピーな歯ざわりがやめられない組み合わせ



メロンパン =
アスティ・スプマンテ

マスカット風味のアスティ・スプマンテがぴったり。思わぬ美味しさ



あんこもの =
渋味のある赤

あんこものは渋味のある赤を。タンニン同士でおどろくほどバランスが取れる



柿ピー = 軽めの白

軽めの白のほか、高級ワインでなければ、どんなものとも合う。カジュアルに

「チョコレートは教科書的に言えば甘口の赤が合うと言われていますが、私は少しコクのある白が合うと思っています。濃厚なチョコに同じく濃厚な甘口の赤を合わせると疲れてしまうのです。コクのある白は、酸味に加わってチョコもワインも軽快に楽しめる組み合わせですね。」

「メロンパンはアスティ・スプマンテがおすすめです。アスティ・スプマンテはマスカットのような味なんです。マスカットとメロンって味わいが似ています。それなので、同調の関係になるんです。」

日本のチョコは甘いから酸味のある白がよく合う

思いがけないマリージュはほかにあるか、友田さんに尋ねてみた。「メロンパンはアスティ・スプマンテがおすすめです。アスティ・スプマンテはマスカットのような味なんです。マスカットとメロンって味わいが似ています。それなので、同調の関係になるんです。」

和食なら...



酢のもの =
酸味のある白、スパークリング

酢の酸味に負けない酸っぱい白を。スパークリングワインと合わせても良い



醤油味の煮もの =
軽めの赤

筑前煮、肉じゃが、ぶり大根などの煮ものは軽めの赤

とんかつ&天ぷら = 酸味のある白

えびフライや牡蠣フライなどにも酸味のある白は合う



寿司 = 熟成したピノ・ノワール

熟成したピノ・ノワールと寿司の相性は抜群

「とんかつや天ぷら、からあげはレモンをかけて食べるものだと考えれば、酸味のある白がおすすめです。酢のもののはちよつと難しいですが、甘酸っぱい白を。酢の酸味に負けないワインを合わせてみてください。」

また、筑前煮や肉じゃが、しょうが焼きなど醤油味の和食はやはり軽めの赤を。冷や奴、焼いた油揚げ、おひたし、刺身と醤油をつけたりかけたり

醤油||和食と考えればやはり軽めの赤が万能選手

「ワインの中でも和食と文句なく合うものは意外と多いんです」と友田さん。

例えば焼き鳥。焼き鳥とワインは無理なく楽しくカジュアルな和風の組み合わせの代表だと言う。醤油味の甘いたれの焼き鳥なら軽めの赤、塩味の焼き鳥なら少しコクのある白が合う。

また、大衆居酒屋によくある焼きとんは味が濃いし、七味や山椒をかけて食べることも多いので、スパイシーな赤もいけるとか。

意外な出会い、意外な美味しさ

これってワインに合うの？ ワインとは水と油なんじゃないの？ そんなふうになってしまう食べものにも実はぴったりのワインはある。意外なマリージュをお教えしよう！

point 3

ブルーチーズ（青かびのチーズ）は マリアージュが正解

ブルーチーズは、青かび特有の塩辛くピリリと刺激のある味わいが特徴だ。第3の味を見つけるという意味で極甘口のものをお合わせるのが定番。ソーテルヌやポートワインなど、本格的に甘いワインがよく合う。

日本のスーパーで売っているような チーズはどんなワインでもOK

同調させるとか産地で合わせるというと、ワインとチーズを組み合わせるのは難しいと思いがちだが、実は簡単だと友田さん。

「日本人がチーズといって思い浮かべるものはだいたいウセのないタイプ。とろけるピザチーズのようなものや、クリームチーズ、プロセスチーズなどはどんなワインと合わせてもじゃまはしません。スーパーで売っているようなチーズは、難しく考えずに飲みたいワインと合わせてOK。気どらずカジュアルに」



プロセスチーズはつまみの定番



ピザにもワインは合う



クリームチーズはどんなワインでも

point 4

ウオッシュチーズには 個性的なワインと合わせる

ウオッシュタイプのチーズは、熟成過程で塩水やワイン、ブランデーなどでウオッシュしながら造るチーズ。納豆やくさやに通じる発酵系の個性が際立つ。何しろ個性が強いため、ワインも個性の強いものが良い。例えば、マンステールというアルザスの代表的なウオッシュチーズには、個性的なワインのひとつゲヴェルツトラミネールと合わせるのが定石。



ワインと
マリアージュ
6

ワインとチーズの相性を探る

チーズとワインといえば定番の組み合わせだが、きっちり合わせようと考えると意外と難しい。タイプ別に法則のようなものを紹介しよう！

point 1

白かびチーズは 産地で合わせる

白かびチーズとワインの基本は産地で合わせるというもの。例えば、ブルゴーニュのチーズであるブリヤ・サヴァランはブルゴーニュのワインがよい。クリーミーなバラカには同じ産地のシャンパーニュと少しコクのあるシャルドネを。

例えば…

- ブリヤ・サヴァラン、ピエ・ダング
- ロワならブルゴーニュ
- ブリー・ド・モーならシャンパーニュ



point 2

シェーブルチーズ （羊乳のチーズ）は 味を同調させる

シェーブルチーズは羊の乳で作られていて、比較的酸っぱい味わいなのでやはり酸味のあるワインが合う。シェーブルが多く造られているロワール地方のソーヴィニヨン・ブランが良い。また、南フランスのシェーブルはスパイスをまぶしたようなものが多いので、そのスパイスに合わせてプロヴァンス地方のスパイシーなワインを合わせても良い。



また、シェーブルやブルー、ウオッシュタイプのチーズは個性的なため、その個性を生かすような組み合わせを考えよう。シェーブルの酸味とワインを同調させたり、ブルーの刺激的な味わいに甘口のワインでマリアージュを楽しんだりなど、楽しみ方は幅広い。

「チーズとワインを合わせる際のポイントには産地。同じ産地のワインとチーズは基本的には合うものです」と友田さん。例えば、カマンベールはノルマンディ産のチーズだが、ノルマンディにはワインがない。ただ、シードル（りんごの醸造酒）やカルヴァドス（りんごのブランデー）はあるので、それと合わせるのが定番。

産地を合わせつつ個性を見極めるのがコツ