

## 地方料理～パナーダス サルデーニャのミートタルト



**パ**ナーダスは、肉などの詰め物を生地で包み、端をつまんで縁を作る方法で閉じるサルデーニャ料理だ。食材は、サルデーニャ島全域で見られる農業兼牧畜業の文化の典型的なものが使われている。

パナーダスの起源はとても古く、先史時代のヌラーゲの時代まで遡るといふ説もある。この料理は、シンプルな中にサルデーニャの様々な文化が詰まっている。

まず、パン食の文化だ。小麦は古代ローマ時代からあり、主要な食物だった。

“Saludi e trigu(標準語ではサルーテ・エ・

グラノ／小麦に乾杯)”という言葉は、繁栄を願う挨拶だった。パンは社会的、宗教的な食べ物でもあり、祭り、結婚式、葬儀には、様々な美しい形のパンが作られた。パナーダスも、“cunsidura”(cucitura／縫う)と呼ばれる形に閉じる。

肉が入ることも重要な側面だ。サルデーニャは、漁業より、農業と牧畜業が基盤にある。この料理は肉を放牧地まで運んで長持ちさせる方法だったのだ。

スペインによる長い統治も、サルデーニャに大きな影響を与えた。言葉にもその名残が見える。スペインと南米ではおなじみの料理、エンパナダス(包むという意味)が、この料理の名前の語源だ。現在、パナーダスはサルデーニャ中で様々な詰め物のものが作られているが、サッサリとオルビアの間にあるオスキリというコムーネが、発祥地として名乗りを上げている。

## パナーダス

panadas / パナーダス(P.84)

材料 / 12～16個分

硬質小麦粉・・・500g＋少々

豚肩肉・・・400g

ラルド・・・150g

ラード・・・120g

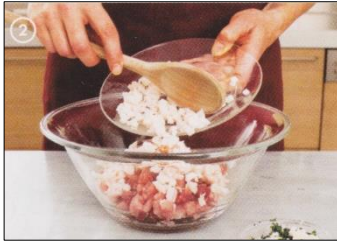
イタリアンパセリ

にんにく

塩、こしょう

① 豚肉とラルドを小さく切る。イタリアンパセリとにんにく1かけをみじん切りにする。

② 肉とラルドにイタリアンパセリとにんにく、塩、こしょうを加えてマリネする。



③ 小麦粉とラードを混ぜ、ぬるま湯約220ml(塩一つまみを加える)を加えながらこねてなめらかで締まった生地にする。

④ 打ち粉をした台で生地を厚さ3mmに伸ばし、直径10cmと7cmの円形を各12～

16枚抜く。大きな生地の中央に②のをせる。

⑤ 小さな生地をかぶせ、下の生地を持ち上げて高さ1cmの側面を作る。親指と人差し指で生地の端をつまんで閉じながら縁を作る。180℃のコンベクションオーブンで45分焼く。

※肉とラルドを混ぜる代わりに底にラルドの小角切りを置いてもよい。詰め物は、子羊肉、ウナギ、野菜とチーズなどのバリエーションがある。

