

## 日本発ドイツ便り : Spargel

春から初夏にかけてのドイツ人のお楽しみ。

Volksgemüse (フォルクゲミュゼ: 国民的野菜) とも呼ばれる、Spargel (シュパーゲル: 白アスパラ)。

Spargel の季節はだいたい4 月の上旬から6 月24 日(洗礼者ヨハネの祝日)まで。

約2 カ月のごちそうです。ドイツ人1 人あたりの年間 Spargel 消費量は1.5 キロ。

旬にこだわるドイツ人ですから。食べる1.5 キロはほとんどがドイツ国産の Spargel。

ということは2 カ月の旬の間にせっせと食べる。ってことですね。

日本のアスパラは基本的にグリーンですが、ドイツでは基本的には白です。グリーンと白は同じものですが、土の中にあるときは白くて、地上に出て太陽の光に当たるとクロロフィルが形成されて紫→緑と色が変わるそうです。だから期間中はまだ陽の出ない朝早くから、一本一本手堀で収穫するんですよ。

(この時期、Spargel 収穫のために、外国から沢山季節労働者がやってきます。)



今年初の Spargel。1 人前 500 グラムが目安です。新ジャガイモと一緒に。

この時期旅行すれば1 日1 回は Spargel です。

通常のドイツでの食事からするとちょっと割高にはなりますが、この季節だけでもんね。☺

ほんのり甘くてほろ苦く、表面の繊維と、中の水分の歯触り、先っぽの甘みと食感が楽しい、春の味です。



あるレストランの Spargel 料理のメニュー。通常のメニューとは別の「季節の特別メニュー」です。

ドイツでの食べ方は、新ジャガイモとシンプルに茹でて食べる。が中心です。あとはそれにハムやシュニッツェル、ソーセージやスモークサーモン、卵を添えて、という感じになります。



ソースは Hollandaise (ホルンデーズ：マヨネーズにバターとレモンをいれたようなソース) もしくは Butter (ブッター：溶かしバター)、どちらか選べることが多いです。



これはとあるレストランの看板。Spargel のサラダ。Frischer, Fränkischer (フリッシャー、フランキッシャー：新鮮な、フランケン産の Spargel) Spargel は鮮度命なので、地元産が好まれます。



Spargel の屋台。グリーン の Spargel も見えますね。(値段は白も緑もだいたい同じです) 太さや長さによって、値段が変わってきます。(いつか等級があるようです)



ウィーンで出くわした、過去最大級の Spargel。  
運ばれてきた瞬間、周りの人の視線が一気に集まりました。その後は「立派な Spargel ね。私はまだ今年  
食べてないわ～。あなたは？」みたいな春のあいさつ(?)がヒソヒソと交わされたのでした。☺  
必ずセットの新ジャガイモは別皿で届きました。  
野菜とはいえ、結構ボリュームがあるので、堂々の主役です。

この Spargel、低カロリー、コレステロールなし、ビタミンやミネラルを含むとても健康的な食べ物です。  
他にも腎臓機能を活性化し、体の疲労感を和らげ、集中力を増す成分も含まれるそうです。  
ただ、血液中の尿酸値の高い人にはあまり良くないので、注意の必要がありますね。  
まあ、体にいいから食べる。ではなく、食べておいしくて、体にもいい。の方がいいですけどね。

ドイツには日本でも有名な「ロマンチック街道」とか「メルヘン街道」のように「Spargelstrasse (Spargel  
街道)」なるものがあるそう。(ケルンのあたりにもあるようです。)  
季節になると、Spargel 農家に泊って収穫を手伝ったり、採れたて Spargel を食べたりできるのかなあ？  
想像するだけで楽しそうじゃないですか？いつか行ってみたいと思います。  
街道の旅が無理でも、せめて、一度、Spargel 畑を見て、収穫したての Spargel を買いに行ってみたいも  
のです。☺

今年もドイツの春のごちそう、Spargel でした。