



イタリアの食材のメイン、トマトの赤が目立つ市場の風景。今でも生鮮野菜は市場で買う人が多い

てきた。ここに、現在の定番のひとつ、ジャガイモのニョッキ・トマトソースあえが生まれたのである。

こうした歴史ゆえ、ニョッキのバリエーションは現在でも豊富である。ジャガイモではなくパン粉などを使い続けている地域は少なくないし、米粉やトウモロコシ粉を用いるところもある。もともと、それらは今では貧しい庶民の食ではなく、地方の伝統料理として洗練されたものになっている。祭りの際に名物料理として供され、観光資源になっていることも多い。また、カボチャやホウレンソウなどを入れて、黄色や緑色をしたニョッキを作るレシピもある。ソースも、チーズやジェノベーゼなど、地域によって、家庭によっても多様である。



ローマ地方定番のトマトソースあえのニョッキ。この地域では、パルメザンチーズではなく、羊のチーズであるペコリーノをかける人も多い

味の根っこ

イタリアの団子状パスタ

ニョッキ

宇田川 妙子 民博 民族社会研究部

「木曜日」は「ニョッキ」

イタリアの家庭料理のひとつに、ニョッキという小さな団子状の形をしたパスタがある。おもに小麦粉とジャガイモを使って作る生パスタだ。特にトマトソースとあえたローマ地方のものには有名で、その周辺では「木曜日は「ニョッキ」ということばも耳にする。木曜日にはニョッキを食べるといふ意味だが、現在もこの習慣は残っている。

その理由は、このことばに続く「金曜日は魚土曜日はトリッパ（牛の胃袋）」にヒントがあるという。金曜日は、キリスト教ではイエスが十字架にかけられた曜日である。このため肉食は避けるべきだとされており、魚料理が食べられていた。わたしが約三〇年前に調査をしたローマ近郊の町でも、内陸に位置しているせいで魚を手に入れることすら難しかったが、金曜日には多くの家庭で乾し鰯を使う料理が作られていた。魚料理は一般的に軽い。このため前日の木曜日に、お腹にたまるとニョッキを食べるようになったというのである。ちなみに「土曜日はトリッパ」とは、日曜日には上流階級で祝宴がおこなわれることが多く、その肉料理用の牛などが土曜日に捌かれたからだという。そこで残された内臓が、庶民たちの食卓に回ってきたというわけである。

この説にも異論はあるようだが、いずれにせよニョッキは、今も昔も、庶民たちのもっとも楽しみな日常食のひとつなのである。

変化自在な楽しみ

そしてこの変化自在こそ、ニョッキが現在まで食べ続けられている魅力なのかもしれない。食材の違いだけでなく、同じ小麦粉とジャガイモの組み合わせであっても、その適切な割合を見極めるのは難しく（小麦粉が多いと硬くなり、少なすぎるとゆでる際に溶けてしまう）、各自好きな硬さや配分があったりする。団子状に切る際の大きさや形も異なり、ひとつひとつにフォークの背を押しつけて筋を付けたり、指で押してくぼみを付けたりもする。これはパスタにソースを絡みややすくさせる技だが、もちっとした食感が減るといって嫌う者もいる。さらには、自分のレシピが一番だと思っても、元来おいしいものの好きの彼らは、知人やテレビ番



家庭で作られたニョッキ。この家では模様などを付けず、このままゆでる



家庭でニョッキを作っている主婦たち

歴史とともに

ところで、ニョッキは今でもジャガイモを主食材としているが、ジャガイモがイタリアに入ってきたのは一六世紀、さらに食材として根づいたのは一八世紀になってからである。ニョッキも、それ以前は、小麦粉のほかに食べ残りのパン、木の実の粉などをこねて作られていた。小麦粉は庶民には手に入りやすかったのだ、その分量を増やすためでもあった。

そもそもニョッキということばは、こぶを意味する語から派生しており、団子状のパスタの総称である。中世にはマツケローニという名でもよばれ、歴史はかなり古い。そして一八世紀、人口の急増や飢饉のため食糧不足が深刻になると、ジャガイモへの注目度が高まり、ニョッキにも使われるようになった。同様に外来作物のトマトも、この時期パスタソースとして普及し

組から仕入れたあらたなレシピを試すことにはやぶさかではない。そこからあらたなバージョンが生まれることもある。ニョッキと一口にいっても、じつに多様であり、人びとはそれを楽しんでいるのである。

こうしてニョッキは、今もなお、それぞれの地域・環境、歴史、習慣、そして個々人の創意工夫を絶え間なく吸収しながら、イタリア人のお腹を満たし続けている。

ニョッキ（4～6人分）ソースは別

小麦粉	1kg
ジャガイモ	300g
卵	1個
塩	少々

- ① ジャガイモはよく洗い、水からゆでる。ゆであがったら熱いうちに皮をむき、つぶす。
- ② ①の粗熱がとれたら、小麦粉と適量の塩、好みによって卵黄、パルメザンチーズなども加え、混ぜ合わせ、こねる。この作業は、大きなし台の上で、小麦粉の量を加減しながらおこなう。
- ③ ②を伸ばして、指の太さくらいの棒状のものを何本も作りだし、さらにそれを2～3cmくらいの長さに切る。
- ④ ③のひとつひとつにフォークの背などで模様を付ける。③④の作業の過程では、ニョッキ同士がくっつかないよう、適宜、たっぷり打ち粉をおこなう。
- ⑤ 塩を加えた熱湯に④を入れてゆでる。浮きあがってきたら、ざるにすくいあげて水気をきる。
- ⑥ 別に作っておいたソース（例えばトマトソースなど）に絡めて食する。