

イタリアンビデオコレクション・メールマガジン“ローマから吹く風”（第15号）

「フィレンツェ中央市場のフードコート/イタリア第二の朝食」

目次

- 1.はじめに ジェラートはフィレンツェから
2. フィレンツェ中央市場のフードコート
3. イタリア第二の朝食
4. 旅の情報 イタリアのセールの時期
- 5.あとがき

1.はじめに ジェラートはフィレンツェから

イタリアでアイスクリームを意味するジェラートは、16世紀のルネサンスの時代にフィレンツェで活躍したベルナルド・ブオンタレンティによって発明されています。記録によるとブオンタレンティは、メディチ家とフランス王家の婚礼の際に、考案したクリームのジェラートを提供したと言われています。木製の桶に氷と塩を入れて氷点下にし、ジェラートの材料を入れた熱伝導率の良い銅の容器をその中に入れて、手動式で攪拌するジェラート製造機を作ったのだそうです。電気のない時代にこのような食べ物を発想したとは、非常な驚きで、ルネサンスの多才人の面目躍如と言ったところですね。今でもこの考案されたジェラートが、フィレンツェの街で食べることができます。第15号はイタリアの古くて新しい街フィレンツェの中央市場のフードコートと夏のセール時期の報告を交えて、ご紹介致します。

ジェラートの発明家ブオンタレンティは→<http://www.ivc-net.co.jp/food/gelato/buon.html>

2.フィレンツェ中央市場のフードコート

トスカーナ地方の胃袋と呼ばれるフィレンツェ中央市場（Mercato Centrale）は、イタリアの近代建築の祖で、ミラノのガラリア・ヴィットリオ・エマヌエーレ2世を設計したジョゼッペ・メンゴニが19世紀に設計した特徴ある建物です。歴史の街のマーケットで、近代建築であるという意味で、一見の価値があります。

イタリアでもグルメで知られるトスカーナ地方の食材を扱うだけあって、豊富な季節の食材で溢れています。しかも2014年にはそれまで野菜売り場で占められていた2階のフロアが改築され、フードコートになったのです。座って食事ができる椅子は500席あり、2階のフードコートは365日、朝10時～深夜0時まで営業しています。昼食や夕食の時間帯だけでな

く、小腹がすいた時にぶらりと訪れても、レストランを予約していないけれどもどこで食べようかと路頭に迷うこともなく、いつでも食事に見つけられる場所がフィレンツェ市内にあるというのは心強いことではないでしょうか。

フードコートには、水牛のモッツアレッラやチーズの店、チョコレート専門店やジェラート屋、パンやお菓子、フィレンツェ特産キアーナ牛のハンバーガー、釜焼きピザ、肉団子や揚げ物の店、グラス1杯からワインが楽しめるエノテカ、ビール専門店、ショーウィンドーに並んだ新鮮な魚をその場で調理してもらえる店、ベジタリアンのための野菜料理店、サラミ類や肉料理、サンドウィッチやランプレドットの店、手打ちパスタやニョッキなどのプリモの店、イタリア料理のレストラン、バルなど多くの店舗が入っています。セルフサービスのフードコートで好きなものを気兼ねなく、学食のようなカジュアルな雰囲気の中で食事をするのも楽しいものです。

フードコートには英語で書かれたイタリア料理のレシピ本を売っているコーナーもありますし、料理学校まで備え付けられていて、運が良ければコック服に身を包んだ生徒たちが調理している様子をガラス張りの窓越しに見ることもできます。さらに詳しく知りたい方は、中央市場のホームページを訪れてみてください。2階のフードコートのフロアガイドの見取り図も掲載されています。中央市場を実際に歩いているようなバーチャルツアーも中央市場のサイト内にあり、一目でどこの店で何が食べられるかがわかって便利です。

中央市場のサイトは→www.mercatocentrale.it

中島洋子の“食”のツアーは→<http://www.ivc-net.co.jp/food/toscana/tour.html>

3. イタリア第二の朝食

一般にイタリアの朝食はとても軽いのです。コーヒーかカフェラテなどの飲み物にビスケットや乾パンにジャム、パネトーネなどの軽いものを食べます。このまま学校や仕事へいくと、10時ごろお腹が空いてきます。ですから、幼稚園から高校まで、職場でも10時半ごろから15分程度の「第二の朝食タイム」があります。小学校、中学校でもおやつを持っています。高校になると学校内にBARがあるのが普通で、おやつをもっていわずにBARで買うことが、大人に近づいた感じがして生徒はこちらの方法を選びます。仕事先では、朝食時間が雇用契約の中に入っているわけではありませんが、当然の権利として、順番で朝食に行きます。

BARでの朝食の定番は「カプッチーノとコルネット」です。コルネットはクロワッサンに似たパン菓子で、クロワッサンよりバター分量が少なく、パンに近くなります。中にクリーム



やチョコレートやジャムが入っているものもあります。当初は朝っぱらから甘いものを...と閉口しますが、この組み合わせは病み付きになります。

栄養学的にも、まだ血液の循環が十分でない朝（消化能力が低い）に、量が少なく糖分のあるイタリア式朝食は体の条件に合っています。この第二の朝食があるので、イタリアの昼食は1時間ずれて1時からになるのですね

イタリア第二の朝食は→<http://www.ivc-net.co.jp/guide/info/life.html#info12>

4. 旅の情報 イタリアのセールの時期（フィレンツェ）

イタリアでは、セールの時期はお店でなく、地方政府が決めています。そのため開始時期、開催期間は州や街ごとに異なっています。お洒落の本場トスカーナ州では、2016年は7月3日の土曜日から開始を予定しています。期間は開始から60日となっております。8月半ばのフェラゴストの1週間はブランド物店やデパートを除いてレストランや店が閉まる場所が多く、最もおすすめの時期は7月上旬～半ばです。30%引きぐらいからセールは始まりますが、セール開始日に近いほどサイズも豊富に残っています。セール後半の8月下旬には売れ残りが山積みになっていて掘り出し物があればいいという感じです。

5. あとがき

バチカン美術館内のベルベデーレの中庭に四肢と頭が欠けた大理石の彫刻が置かれています。そこからこの彫刻はベルベデーレのトルソと呼ばれています。教皇ユリウス2世はミケランジェロに欠けた部分の修復を依頼します。ところがミケランジェロはこの教皇の依頼を断りました。今回はこの逸話のご紹介と、カエサルのお話の“借金王・カエサル”のお話をします。今年、15年ぶりの聖なる年。ローマをお尋ねになっては如何でしょうか。

山根さんのページは→<http://www.ivc-net.co.jp/trans/yamane/index.html>

ご意見・お問合せ・旅行のご相談は→info@ivc-net.co.jp