

世界のクリスマス料理

チフチ（アルバニア）：ミントとチーズのライスコロッケ

チフチは南東ヨーロッパのバルカン半島にあるアルバニアという国の料理。このレシピはパン粉をつけて揚げたライスコロッケのように仕上げるが、外国のレシピでは卵かけご飯のような状態にしてパン粉をつけずに、たっぷりのオリーブオイルで焼いた洋風焼きおにぎりのようなものが多い。現地では、チフチ鍋（何個かくぼみがついた鍋）を使って作る。

ヤンソンの誘惑（スウェーデン）：じゃがいもとアンチョビのグラタン

日本語で「ヤンソンさんの誘惑」という料理で、スウェーデンの伝統料理です。e-food.jpでは「日本では『菜食主義を貫いてきた厳格な宗教家ヤンソン氏も、この料理の魅力には勝てなかった』、『1928年の同名のスウェーデン映画からとった』、『今世紀初頭のグルメなオペラ歌手ペレ・ヤンソンの名前から取った』など、その名の由来には諸説ある。

アップルベニエ（オランダ）：りんごのシナモン風味の揚げ菓子

オランダの冬の屋台でよく見かける年末に食べられるお菓子の1つ。

バーボフカ（チェコ）・・・クグロフ型ケーキ チェコの伝統的な焼き菓子

バーボフカは日曜日におばあちゃんが家で作ってくれるような家庭的なお菓子なので、おばあちゃんという意味のBabaから派生してバーボフカという名前になったと言われている。

1. チフチ

・材料と分量：4人分

ごはん	165g
ミント（粗みじん切り）	4枚
パルメザンチーズ	9g（大さじ1.5）
薄力粉	適量
卵	1個
パン粉	適量
揚げ油	適量



・作り方

- ① ボウルにごはん、洗って粗みじん切りにしたミント、パルメザンチーズを入れ、よく混ぜる。
- ② ①を等分し、ピンポン玉の大きさに丸める。
- ③ ②を薄力粉、溶き卵、パン粉の順につけて、180℃の油で5分ほどカラリと揚げる。

2. ヤンソン・フレステルセ (4～5人分)

牛乳	400ml
生クリーム	200ml
塩	少々
黒こしょう	少々
たまねぎ	1個
バター	12g (大さじ1)
じゃがいも	3個 (好みで加減)
アンチョビ	50g (塩分で加減)



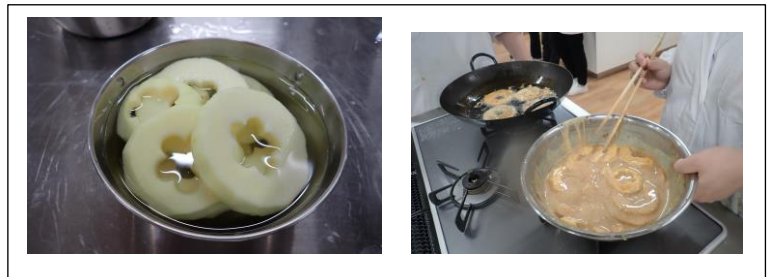
・作り方

- ① たまねぎは縦に1/2に切って薄切り、じゃがいもは皮をむいてスティック状に切る。
- ② 牛乳、生クリーム、塩、こしょうを鍋に入れ、沸騰直前まで温める。
- ③ 厚手の鍋またはフライパンにバターを熱し、中火でたまねぎをしんなりするまで炒める。
アンチョビの缶詰を汁ごと加え、均一になるように、軽く混ぜ合わせる。
- ④ 耐熱皿にじゃがいも (半量) を入れ、③をのせ、さらに残りのじゃがいもをのせて②を注ぐ。
- ⑤ 200℃のオーブンで30分、焼き色が付くまで焼く。

3. アップルベニエ

・材料と分量：りんご5個分

薄力粉	175g
グラニュー糖 (生地用)	50g
卵	55g (1個)
牛乳	175ml
りんご	5個
グラニュー糖 (りんご用)	50g
シナモンパウダー	5g
揚げ油	適量
グラニュー糖 (飾り用)	適宜



・作り方

- ① ボウルに薄力粉をふるい入れて、グラニュー糖 (生地用)、卵、牛乳の順番に加えて、その都度、泡立て器で混ぜ合わせる。
- ② りんごをよく洗って、皮をむき、横に1cm幅の輪切りにして、芯の部分を型 (飲み物の蓋を利用) でくり抜く。
- ③ ボウルにグラニュー糖 (りんご用) とシナモンパウダーを合わせ混ぜてから、②を入れてからめる。

- ④ ③のりんごに①の衣をからめて全体を覆ったら、170℃に熱した油に入れて、途中ひっくり返しながらかき揚げ色になるまで揚げる。
 ＊あまり触りすぎると、衣がはがれてしまうので注意。じっくり10分程揚げれば、りんごに火が入り、トロトロになる。
- ⑤ 揚がったら、取り出して、油を切り、熱いうちにグラニュー糖（仕上げ用）をまぶす。
 ＊りんごは実がしっかりしていて、酸味の感じられる紅玉などがおすすめ。

4. バーボフカ

・材料と分量：1個分

無塩バター	140g
グラニュー糖（生地用）	80g
牛乳	70ml
バニラエッセンス	適宜
卵黄	60g（2個分）
薄力粉	110g
強力粉	30g
ベーキングパウダー	2g
卵白	120g
グラニュー糖（卵白用）	20g
チョコレート	70g



・作り方

- ① 型の内側に分量外のバターを塗って冷蔵庫に入れておく。オーブンを170℃に予熱する。
- ② 小さい鍋またはボウルにチョコレートを入れて湯煎で溶かす。
- ③ ボウルに無塩バターとグラニュー糖（生地用）を入れて白くなるまで泡立て器で混ぜ合わせる。卵黄を少しずつ入れてホイッパーで混ぜる。牛乳も少しずつ加えてよく混ぜ合わせる。
- ④ ③に薄力粉、強力粉、ベーキングパウダーを合わせてふるいながら入れ、ゴムべらで混ぜ合わせる。バニラエッセンスを加えてさらに混ぜ合わせる。
- ⑤ 別のボウルに卵白をいれてハンドミキサーで高速で泡立てる。泡が細かく白っぽくなってきたらグラニュー糖（卵白用）を少しずつ加え、さらに泡立ててつやのあるかたいメレンゲを作る。
- ⑥ ④の生地を2等分にして、片方に溶かしたチョコレートを加えゴムべらで混ぜる。
 ＊この時、チョコレートが人肌くらいの温かさだとダマにならずにきれいに混ざる。
- ⑧ ⑤のメレンゲを半分に分けたら、⑥の2つのボウルにそれぞれ、半分ずつゴムべらでつやがでるまで混ぜ合わせる。型に2種類の生地を交互に入れる。
- ⑨ 型ごと、台に軽く打ち付けて平らにならし、170℃のオーブンで40から50分焼く。
- ⑩ 焼き上がったら、台に軽く打ち付けて型から外し、ケーキクーラー（盆ざるなどで代用）にのせて冷ます。