

Switzerland.
get natural.



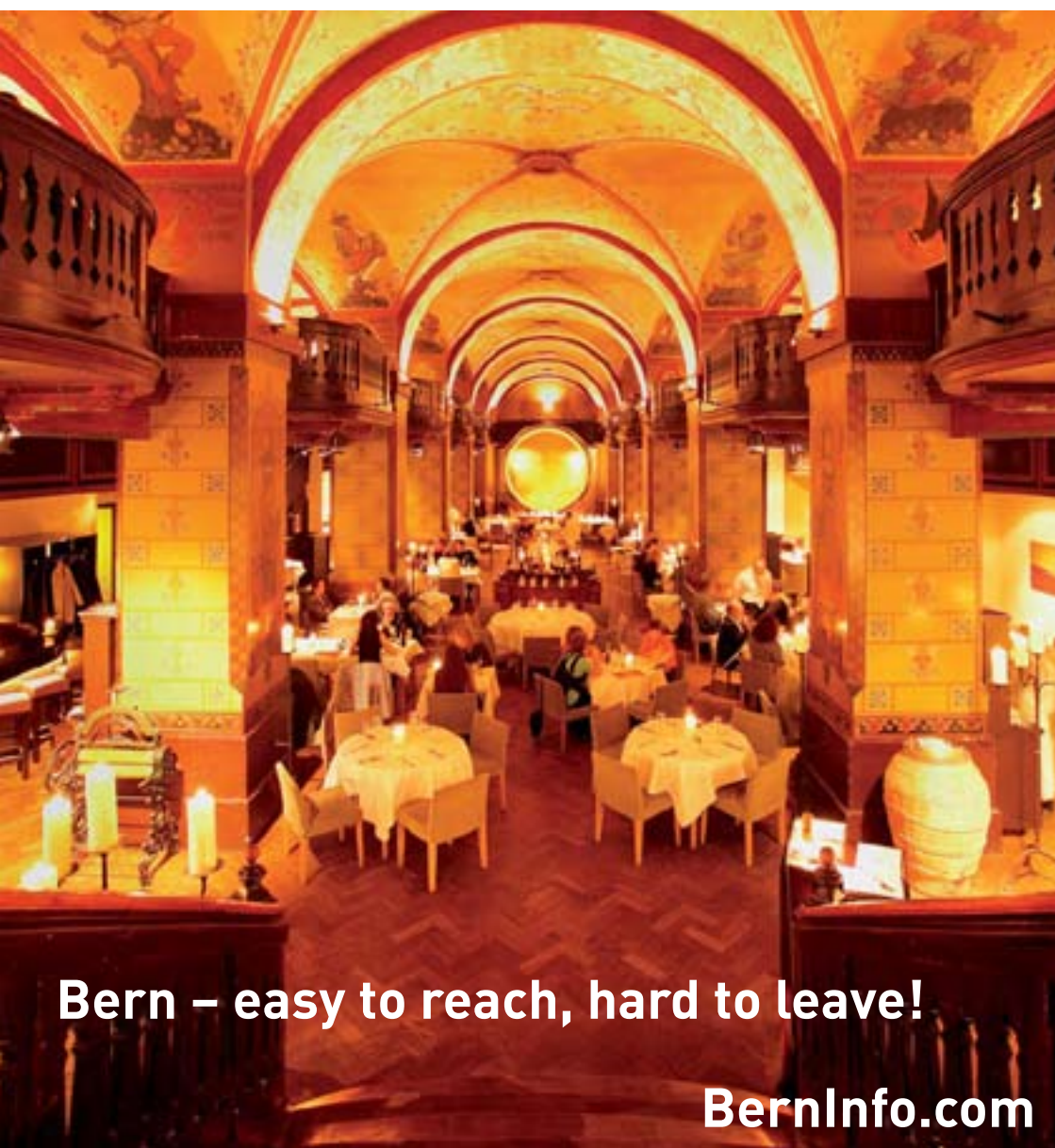
スイス味めぐり

Gastronomy Experience.

スイス政府観光局 www.myswiss.jp



テーマのある旅+



Bern – easy to reach, hard to leave!

BernInfo.com

“ア・ラ・カルト”のサービス

どの街よりも多彩な食文化を誇るベルン。現在ではさまざまなタイプの料理が楽しめますが、すべてのレストランに共通なものがひとつあります。それはベルンに受け継がれてきたおもてなしの心です。ベルンの魅力を実際に体験してみてください。アルプスの玄関口で、旧市街がユネスコ世界遺産に認定されているスイスの首都ベルン。皆様のご来訪を心よりお待ちしております。

ベルン観光局
BERN TOURISM
Laupenstrasse 20
P.O. Box 3001 Bern, Switzerland

T +41 (0)31 328 12 28
F +41 (0)31 328 12 99
BernInfo.com, info@berninfo.com

bern
capital impressions



西部スイス Fribourg, Neuchâtel, Jura, Jura Bernois	ミッテルランド地方 Schweizer Mittelland	バーゼル地方 Basel, Aargau	チューリヒ地方 Zürich
レマン湖地方 Lake Geneva Region (Vaud)	ベルナーオーバーランド Bern Oberland	中央スイス地方 Zentralschweiz	東スイス地方 Ostschweiz
ジュネーヴ州 Genève	ヴァレー州 Valais	ティチノ州 Ticino	グラウビュンデン州 Graubünden

CONTENTS

季節の味／郷土の味 04～07

チーズ 10～15

パン 17～19

チョコレート 20～22

栗 23～29

ワイン 30～38・41～43

蒸留酒 44～45

ビール 48～49

| 伝統のヴァン・キュイ 39

| アプサンのふるさと 47

| アルプスのサフラン 50

編集・発行：スイス政府観光局

発行日：2006年3月

発行部数：50,000部

* 原稿／写真の無断掲載は禁じます。

* 情報は発行時に確認したものです。

その後の変更や改定の可能性がありますので、ご了承ください。

Publisher : Switzerland Tourism, Tokyo

Concept & Text : Yuko Makino

Photo : swiss-image.ch, Läckerei-Huus, Confiserie Speck Zug,

Union Fribourgeoise du Tourisme, Switzerland Cheese Marketing AG,

La Gruyère, Emmentaler Schaukäserei AG,

Office du Tourisme du canton de Vaud, Vacherin Mont-d'Or,

Schweizerische Brotinformation, SBI, Raclette Suisse, Fotocomposizione Taiana,

Josty Gastronomie GmbH, CHOCOSUISSE, MOB, Confiserie Sprüngli AG,

Confiserie Teuscher AG, Chocolaterie Stettler, Chocolats & Cacao Favarger SA,

Confiseur Bachmann, Confiserie Tea-room Maier SA, Chocolat Alprose SA,

Confiserie POYET, Sandro Vanini SA, Sierr Annivier Tourisme, Valais Tourism,

Genève Tourisme, Domaine des Molards, BierVision Monstein AG,

Brauerei Locher AG, Eichhof Bier, Heineken Switzerland,

Feldschlösschen Getränke AG, Rugenbräu AG, Kirschtasse Schweiz GmbH

Printed in Japan : March 06, 50,000 copies

スイス郷土の味いろいろ

Local Specialities

多様性がキーワードのスイスでは食文化もいろいろ。大きくみれば、ドイツ語圏ではソーセージやレシュティ、イタリア語圏ではリゾットやピザ、パスタなど、言語圏によってそれぞれ隣接する国の影響を受けた料理の傾向がみられます。加えて、地理や気象条件などの自然環境や暮らし方の伝統などの違いから、山岳地帯ではチーズやサラミなど保存性の高い食品を使った料理、湖畔の地域では淡水魚や名物のワインを使った料理など、さらに細かく特徴が分かれています。口にあうかどうかはともかく、せっかくなら旅の思い出に、一度は郷土の味を試してみたいはいかがでしょう。



スイス全土（主な山岳地方）

チーズ・フォンデュ

 Fondue Fromage  Käse Fondue

鍋に2〜3種類のチーズを入れて白ワインで溶かし長いフォークの先に刺したパンにからめて食べる料理。混ぜるチーズの種類や配合、ワインの量などレシビによって味が異なる。

サイコロ型の肉を油で揚げる「フォンデュ・ブルギニョン Fondue Bourguignonne」や、鍋に熱したスープの中に牛や豚などの薄切り肉をくぐらせて食べる「フォンデュ・シノワーズ Fondue Chinoise」など、フォンデュ鍋を使ったバリエーション料理もあります。



スイス全土（特にヴァレ州の山岳地方）

ラクレット

Raclette

トロトロに溶かしたチーズを茹でたジャガイモにからめて食べる。料理と同名のラクレットという大きなチーズを半分にして切り口に熱をあてて溶けた部分をそぎ落とす。名前は“削りとる”という意味のフランス語“ラクレ Racler”に由来している。薪の火で溶かす伝統的な方法でつくる店は少なくなり、専用の電熱器で溶かすスタイルが主流。家庭用の卓上電熱器もありスイスでは冬の定番料理として広く親しまれている。



ドイツ語圏

レシュティ

Rösti

ジャガイモの細切りをフライパンで炒め、パンケーキのような形にして表面がカリカリになるまでこんがりと焼いたもの。とくにスイスのドイツ語圏を代表する料理で、メインや付け合わせによく登場する。フランス語圏であまり食べられないことがないので、ドイツ語圏のことをレシュティ文化圏ともいい、ヴァレ州などにある言語の境界線を“レシュティの溝”といったりするほど。



ドイツ語圏

ブラートヴルスト

Bratwurst

焼きソーセージ。野外のバーベキューの時や屋台などではグリルしたものにお好みでマスタードをつけてパンと一緒にそのまま食べるのが定番。レストランではさまざまなソースをかけて食べることもある。地域によってソーセージのバリエーションも豊富。付け合わせとしてはフライドポテトやレシュティが添えられることが多い。



グラウビュンデン州

カプンス

Capuns

小麦粉で練った生地刻んだベーコンなどの具を入れ、フダンソウの大きな葉で巻いたもの。混ぜる具材や上にかかるソースなどのバリエーションが豊富。



湖水地方(主にフランス語圏)

フィレ・ドゥ・ペルシュ

Filet de Perche

湖でとれる小さな魚ペルシュ(鰻 ーパチ)をムニエルかフライにして食べる料理。ゆでたポテトを付け合わせにすることが多い。あっさりとした味の白身魚で日本人にも食べやすい。



ヴォー州(レマン湖地方)

パペ・ヴォードワ

Papet Vaudois

炒めたポワロー(西洋ネギ)とタマネギを、白ワインやブイヨン、クリームで煮込んだピューレー状のソースと、ヴォー州名物のソーセージをあわせて食べる。



グラウビュンデン州

ビュンドナー・フライシュ

Bündner Fleisch AOC
ヴァレー州

ヴァリサー・トロッケンフライシュ

Walliser Trocken Fleisch AOC

スパイスなどを配合した調味液に漬けた牛肉の塊を乾燥させてつくるドライビーフ。もともとは山小屋の軒下や屋根裏など風通しのよいところに吊るしていた山岳地方に伝わる保存食のひとつ。カンナのような道具で薄くスライスしたものを、そのまま手でつまんで食べるか、バターを塗ったパンの上のせて食べる。両地方の名産である赤ワインのつまみに最適な一品。



グラウビュンデン州

ビュンドナー
ゲルシュテンスuppe

Bündner Gerstensuppe

細かく切って日干ししていた野菜と麦を、特産のベーコンや干し肉などと一緒にじっくり煮込んだスープ。保存食材をうまく利用した冬の定番料理。



山岳地方(主にドイツ語圏)

アルペンマカロニ

Äpler Macaroni

小さく切ってゆでたジャガイモとマカロニをチーズであえたもの。カリカリにあげたタマネギがトッピングされ、リンゴをすりおろしたソースがつくことが多い。山小屋レストランなどでよく見かけるメニュー。



ティチーノ州

ポレンタ

Polenta

トウモロコシでつくる穀物粥の一種。家庭ではつくりたての柔らかい状態を食べることが多いが、レストランでは固めておいたものを軽くあぶって出すこともある。付け合わせの定番だが、チーズやソースをかけて主食としてもよく食べられる。



ティチーノ州

オッソ・ブッコ

Osso Bucco

子牛のスネ肉を野菜やキノコと一緒に赤ワインやトマトでじっくり煮込んだもの。



チューリヒ州

ゲシュネッツェルテス

Geschnetzeltes

薄切り仔牛肉をマッシュルームと一緒にクリームで煮込んだもの。スイス風ビーフストロガノフ。



ベルン州

ベルナープラッテ

Bernerplatte

固まりの肉やソーセージ、ベーコンなどを野菜と一緒にスープで煮込んだ料理。ポトフ(洋風おでん)のようなもの。



サラミ、ドライビーフ、
メルローワイン



クラシックな
地中海料理



パネトーネ(ドライフルーツ
入りの酵母パンの一種)



ポレンタ(トウモロコシの粥)を
焚き火で調理



グロット(素朴でシンプルな
居酒屋の一種)

TICINO

ティチーノはスイスのホスピタリティと
イタリアの美食が結びついた
グルメな魅力あふれる地域です

Ascona - Lake Maggiore

ティチーノ観光局
Ticino Tourism
6500 Bellinzona
Switzerland
phone +41 91 825 70 56
info@ticino-tourism.ch



グラウビュンデン州(とくにエンガディン地方)
エンガディナー・ヌストルテ
Engadiner Nusstorte

ぎっしりクルミとキャラメルがつまったタルト。ピュンドナー・ヌストルテとも呼ばれる。約3ヶ月は味が変わらないほど日もちがする保存食のようなお菓子。約200年前にエンガディン地方の菓子職人がイタリアなどに移住した後に谷に戻ってきてレシビを完成させたといわれている。



ティチーノ州
トルタ・ディ・パーネ
Torta di Pane

硬くなったパンを使ってつくるケーキ。家でよくつくられるお菓子なので各家庭でレシビが微妙に異なる。温めた牛乳に細かくしたパンをひたし、柔らかくなったものにフルーツピールやレーズン、砂糖、卵を入れて混ぜ、型に入れたら松の実を上のにせて焼くのが基本。アマレッティ、グラッパやレモン果汁を入れてつくこともある。



バーゼル
バースラー・レッカーリー
Basler Läckertli

蜂蜜、シナモンやナツメグなどの各種スパイス、ナッツ、ピール類が入った独特の固い焼き菓子。砂糖でコーティングされており、厚さ1mくらいの一口大にカットされている。14・15世紀からの歴史を誇り、バーゼルのレッカーリー(バースラー・レッカーリー)として18世紀の文献にも登場している伝統のお菓子。



ティチーノ州
アマレッティ
Amaretti

アーモンドを粉にして卵白を泡立てたメレンゲと混ぜて焼いたもの。店によっては、レモンやリキュールで香りづけすることもある。ややしっとりとしたソフトクッキーという感じで、コーヒーやエスプレッソのおともに最適のお菓子。



ツーク州
ツォガー・キルシュトルテ
Zuger Kirschtorte

名産の蒸留酒キルシュ*をたっぷり使った芳醇なケーキ。アーモンドの粉とメレンゲを混ぜて焼いた生地と、キルシュをしみ込ませたソフトビスケットまたはスポンジ生地を、キルシュ入りのバタークリームでサンドして、形を整えたら側面にスライスアーモンドを飾り、表面に粉砂糖をふって仕上げる。*P46参照



マイリンゲン、フリブール州、ヴォー州
メレンゲ
Meringue

卵白と砂糖を泡立てたお菓子。フリブール地方の名物でもあるが、メレンゲ(仏語でムラング)という名前の語源といわれる山村マイリンゲンで17世紀頃にイタリア人の菓子職人がつくったお菓子が始まりだという説が有力。約20年前に世界最大のメレンゲを完成したマイリンゲンでは1日平均1500個のメレンゲが焼かれている。

伝統のお菓子と祭り

グリュイエール周辺のフリブール州やヴォー州で7月～10月に開催される“ベニションBénichon”。もともとは献堂式として始まった宗教行事だったが、次第に民俗的な収穫祭や感謝祭として行われるようになった。ベニションの時に用意される特別なお菓子やパンが決まっており、中世の頃からの伝統が今に受け継がれている。

- ・Cuchaule(サフランを少し入れて焼く特別なパン)
- ・Moutarde de bénichon(スパイスとヴァン・キュイでつくるジャム)
- ・Meringues à la double crème(メレンゲとダブルクリーム)
- ・Bricelets(ゴーフレット菓子)
- ・Pains d'anis(アニスのパン) ほか



季節の味いろいろ Seasonal Food Calendar

ホットワイン

国 Glühwein 国 Vin chaud

12月-3月

ワインを温めて、シナモンやクローブなどのスパイスと砂糖を入れてつくる(主に赤を使用)。
“熱いワイン”という意味の独語でグリューヴァイン、仏語でヴァン・ショと呼ばれている。体が芯から暖まるため、寒い冬にぴったり。とくにクリスマス・マーケットで定番の飲み物。

タンポポ

国 Löwenzahn 国 Dent-de-lion (Pissenlit)

3月-5月

フレッシュなサラダは春の楽しみだが、とくに早春限定のメニューはタンポポの葉のサラダ。昔からヨーロッパでは食用とされていてビタミンも豊富。花が咲く前の小さくて柔らかい若葉を使う。ゆで卵やチーズをそえて、白ワインベースのドレッシングをかけて食べることが多い。

イチゴ

国 Erdbeere 国 Fraise

5月-7月(夏栽培のものは10月まで)

10月くらいまで食べられるが、露地栽培の旬は5月~6月下旬。春になるとスーパーの軒にイチゴが並び、レストランにはイチゴのデザートメニューが登場する。そのままホイップクリームやアイスをそえて食べることが多い。赤ワインソースにつけ込むコンポートもある。



洋梨

サクランボ

1月

2月

3月

4月

5月

6月

リンゴ

チーズフォンデュ

国 Käse Fondue 国 Fondue Fromage

12月-3月

観光客のためレストランでは1年中楽しめる人気メニューだが、スイス人は暑い夏に食べることはあまりない。日本でいえば鍋物のような感覚で、冬になると家族や仲間と一緒にあつあつのフォンデュを楽しむ。*料理の説明はP4

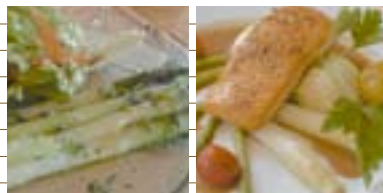


アスパラガス

国 Spargel 国 Asperge

4月中旬-6月中旬

ドイツやスイスで春の到来を告げる野菜といえばアスパラガス。日本でみるような缶詰とちがってフレッシュで太い白アスパラはしゃきしゃきとした歯ごたえが絶品。ゆでてサラダにしたり、オランダーズソースをかける食べ方が定番。クリームスープやチーズを上のにせて焼いたグラタン風のメニューもよく見かけるもの。



キノコ 国 Pilz 国 Champignon

1年中キノコはあるがメインシーズンは秋。スイス人はよくキノコ狩りを楽しむので、自治体ごとに採取制限や専門家による相談サービスもある。独特の香りやコクを出すキノコはソースによく使われる。とくにボルチーニ(国シュタインビルツ、国セツプ)はソテーにしても美味しい。



ジビエ料理 国 Wild 国 Chassé(Gibier)

9月-11月

仏語でジビエとよばれる鹿や野豚、ウサギなどの野禽獣の肉。野性味あふれる味わいでヨーロッパでは人気が高い。グラウビュンデンやヴァレーなどの山岳地方を中心に野生動物の多いスイスでは、狩猟が解禁になる秋、各地のレストランでジビエの特別メニューが登場する。



プラム

洋梨

7月

8月

9月

10月

11月

12月

リンゴ

桃

アブリコット(杏)

国 Aprikosen 国 Apricot

6月下旬-9月初旬

ヴァレー州を中心に栽培されている。主に蒸留酒をつくるのに使われるが、初夏から夏にかけて山のレストランなどでは手づくりのアブリコットタルトやケーキが楽しめる。



ザウザー / ムー

国 Sausser(Suser) 国 Moût

9月-10月

少し発酵し始めた葡萄ジュース。果汁の甘さにわずかに酸味を加わり、舌にはじけるような微炭酸があるのが特徴。収穫期にワイン生産エリアのレストランやワイナリーで味わうことができる。



焼き栗

国 Heissi Marroni 国 Marrons grillés

11月下旬-2月

街のあちこちに登場する焼き栗の屋台は秋から冬にかけての風物詩。グラム単位で気軽に買って、歩きながらほおぼる人が多い。天津甘栗のように甘くないが、栗本来の素朴な甘さが味わえる。



スイスのチーズ

Cheese

🇨🇭 Käse 🇫🇷 Fromage 🇮🇹 Formaggio



スイスは九州と同じくらい小さな国土ながら、生産量が世界のトップ10にあがるチーズ王国です。複雑な気候・風土、そして地域単位で独自の伝統や文化を守る気質が数百種類にものぼる個性的なチーズを生み出しています。現在ではどこでも全国各地の名産チーズを味わうことができるようになりましたが、牧童の暮らしが息づくチーズの里を訪ねて、地元のレストランでチーズ料理を食べてみるのもよいでしょう。

スイスチーズの歴史

国土のほとんどが山地というスイスでは、山の牧草地(アルプ)で古くからチーズをつくってきました。1世紀頃の文献にも「カゼウス・ヘルヴェティクス Caseus Helveticus (ヘルヴェティアのチーズ)」として記録があります。アルプスの山小屋でつくられるチーズは「カゼウス・アルピヌス Caseus Alpinus」「カゼウス・モンタヌス Caseus Montanus」などと呼ばれ、ローマでも珍重されていたそうです。中世になって牛の胃袋からとった凝固酵素を使うようになると、長く保存がきく硬質か半硬質のチーズが主流となり、スイスの特産品として18世紀頃にはヨーロッパ中に輸出されるようになりました。長い冬を雪の中で越さなければいけない峠の小屋(ホスピス)には、硬質チーズが備蓄されており、イタリアをめざすナポレオン軍が1800年にサンベルナル峠を越えた時に4万の兵士が約1.5トンのチーズを食べたというエピソードも残っています。



チーズは優れた健康食品

アルプの柔らかな高山植物や牧草を食べた牛のミルクでつくるスイスチーズは高品質な健康食品。ほとんどの場合、絞った生の乳(非加熱処理)をそのままチーズづくりに使っています。栄養面で非常に優れている生乳を使うことができるのは、ミルクが新鮮なことで硬質チーズであることが絶対条件。スイスの場合、チーズ工房と搾乳所がすぐ近くにあり(同じ山の場合がほとんど)、長い熟成期間に悪いバクテリアが死滅する硬質タイプをつくっているためヘルシーで安全。100ℓの牛乳からフレッシュチーズは18kgつくれますが、硬質チーズならたったの8kg。つまり硬質チーズにはより多くの牛乳の栄養が凝縮されているというわけです。

チーズづくりと牧童の伝統

アルプスの祭りや風習はチーズをつくる牧童たちの暮らしと結びついています。アルプに草が生えてくる春には、牛やヤギを連れて山を上っていく「牧のぼり」(🇨🇭 アルプアウフゾーク Alpauzug / 🇫🇷 モンテ・ア・ラルパージュ Montée à l'alpage)。夏にはアルプの山小屋で過ごす彼らの娯楽として楽しんでいた石投げやスイス相撲などの伝統競技や、アルプホルンの演奏や旗揚げなども行われるアルプスの夏祭りが各地で開催されます。秋になると、アルプで作ったチーズを持って、牛たちを連れて山を下りてきます。春の時と同様に、華やかに飾りつけた牛たちと伝統衣装を着た牧童たちが行進する「牧くだり」(🇨🇭 アルプアブゾーク Alpabzug / 🇫🇷 Désalpe デザルプ)が見られるかもしれません。麓の村での収穫祭と一緒に秋祭りが開催される場合もありますが、とくにハスリベルクやユースティス谷、グロッセシャイデックなどでおこなわれる独特のチーズ分配の祭りは有名です。*標準ドイツ語ではアルムAlmだが、スイスドイツ語ではアルプAlpという



個性的なチーズいろいろ

地域を代表するチーズ



スプリンツ

Sbrinz

超硬質 25〜45kg **AOC**

中央スイス地方

16〜30ヶ月の熟成が必要な硬いチーズ。荒いブロック状に削りとりか、カンナのような道具で薄く削って食べる。ローマの文献にあるチーズと特徴が一致するため古いチーズの種類と考えられている。スプリンツの名前は16世紀からチーズ交易の拠点となったブリエンツに由来。



アッペンツェラー

Appenzeller

半硬質 6〜8kg

アッペンツェル州と周辺の州の一部

700年以上前から20世紀初頭までザンクトガレンの修道院に納められてきたという歴史をもつチーズ。現在でも秘伝とされる“スルツ Sulz”というアルプスのハーブを独特の配合で混ぜた塩水にチーズをひたし、3〜8ヶ月の熟成期間もまめに磨くといった伝統の製法を守っている。



ビュンドナー・ベルクケーゼ

Bündner Bergkäse

軟質&半硬質 5kg

グラウビュンデン州

古代ローマで贅沢な貴重品として珍重されたレーティア（現グラウビュンデン州）生まれの山のチーズ。アルプで搾取するフレッシュなミルクから作られるチーズで、3〜4ヶ月の熟成で出荷する軟質タイプと6〜8月の熟成が必要な半硬質の2種類ある。



テット・ドゥ・モアン

Tête de Moine

半硬質 0.7〜2kg **AOC**

ジュラ州

約800年以上という歴史を誇るチーズ。上部を削って食べるので頭を剃った修道士に例えて、フランス語の“修道士の頭”と名づけられた。発祥地の修道院の名前から「ベルレーチーズ Fromage de Bellelay」とも呼ぶ。ジロールという専用の道具で、花びらのように薄く削って食べる。



フォルマツジオ・ダルペ・ティチネーゼ

Formaggio d'alpe ticinese

半硬質 3〜10kg **AOC**

ティチーノ州の山岳地帯

夏の間、アルプで放牧された牛の生乳（一部ヤギ乳を混ぜる）を使う素朴な山のチーズ。すでに12世紀の文献に記述があるため半硬質チーズの先駆けといわれる。最低2ヶ月の本格的な熟成の前に、アルプでエビセア（モミの種）またはメレーズ（カラマツ種）の板にのせておく。



ラクレット

Raclette

半硬質 5.5〜7.5kg

スイス全土の山岳地帯

スイス名物のチーズ料理「ラクレット」に使う大きなチーズ。料理名にもなったチーズの名前はフランス語で削るという意味の動詞“ラクレRacler”に由来。今はスイス各地でつくられているが、もともとはヴァレー州のアルプス生まれ。独特の食べ方は中世から始まったとされる。



エメンタール

Emmental

P12



グリュイエール

Gruyère

P13



レティヴァ

L'Etivaz

P14



ヴァシュラン・モンドール

Vacherin Mont-d'Or

P15

VISIT チーズの里を訪ねる

エメンタール Emmental

INFO 標高:約500〜800m 言語:ドイツ語
www.myswiss.jp/area/11/emmental
 ACCESS ベルン駅から列車で約20分 (Burgdorfまで)



エメンタール Emmental

硬質 75〜120kg

ベルン州、ルツェルン州などスイス北部から中央部の各地

12世紀にエメン谷周辺で製法が確立した穴あきチーズ。19世紀には広い範囲でつくられるようになった。直径約1m、重さ100kgのチーズ1個に約1200kgの牛乳が必要。4〜18ヶ月の熟成過程で発生する炭酸ガスで独特の穴ができる。



エメン川の流域に広がる丘陵地帯は、世界的に有名な“穴あきチーズ”のふるさと。牛たちが放牧されている牧草地の奥には、雄大なベルナーアルプスの山並が広がっています。独特の形の屋根、数多くの小窓と美しい花々が特徴的な農家が点在するのどかな田園風景。のんびりポストバスに乗ってまわってみても良いでしょう。ベルンからの小旅行に最適。

アフォルテンのチーズセンター

Emmentaler Schaukäserei Affoltern

近代的なチーズ工場で製造工程が見学できる(約1時間)ほか、チーズ料理などが味わえるレストランやチーズショップを併設。また、同敷地内には、古いチーズ小屋を使ったパン屋や、村の共同チーズ小屋を改修した手工芸品の店もある。1741年に建てられた牛舎では、大鍋を使った昔ながらのチーズづくり体験も可能。※団体のみ／要予約

OPEN 毎日8:30〜18:30
 ACCESS ベルン駅から列車で約40分 (Hasle-Ruegsauまで)
 さらにバスで約15分 (Affoltern i.E./Dorfまで)
 INFO www.showdairy.ch



グリュイエール Gruyère

INFO 標高:約750m 言語:フランス語
www.myswiss.jp/area/07/gruyeres.htm
ACCESS プリブール駅からバスで約1時間(Bulle乗り換え)



グリュイエール Gruyère

硬質 25〜40kg AOC

フリブール州、ヴォー州、ヌシャテル州、ジュラ州

グリュイエール地方生まれのチーズは1115年の文献に登場しているほど歴史は古い。14世紀中頃から広く知られるようになり、16世紀にレマン湖からリヨンを通してフランスへ輸出が拡大すると流通の拠点であった村の名がそのままチーズの名前となった。アルプに放牧している牛の生乳を使い、エビセア(モミの種)の板に置いて5〜16ヶ月ほど熟成させるという製法が独特の香りをうみだしている。



美しい湖やモレゾン山など豊かな自然に恵まれたグリュイエール地方。一帯は牧畜を中心とした伝統の暮らしが息づいています。チーズの名前と同じ名前の村は数分で歩いてしまうほど小さく、のどかなメインストリートに郷土の民芸品などを販売する店が並んでいます。丘の上にそびえる古城は中世の栄華を今に伝える名城のひとつ。

メゾン・ド・グリュイエール

La Maison du Gruyère

グリュイエール駅前にあるチーズセンター。周辺のアルプで放牧する36軒の契約農家が持ち込む生乳で1日に3〜4回はチーズをつくる。約7000個のチーズを熟成する大きな貯蔵室や工場を見学することができる。パネルやフィルムのほか、多彩な方法でチーズのことを学べるコーナーあり。併設のレストランで郷土料理を楽しむこともできる。



OPEN 毎日9:00〜18:00(6〜9月は19:00まで)
ACCESS グリュイエール駅から徒歩1分
INFO www.lamaisondugruyere.ch

フロマジェリ・ダルパーージュ・モレゾン

Fromagerie d'Alpage Molésen

モレゾン村にある1685年に建てられた山小屋では、薪で火を燃やし大きな鍋を使う昔ながらのチーズづくりの形が今でも受け継がれている。チーズの直売のほか、素朴なレストランでは名物のフォンデュなどが味わえる。1日2回おこなうチーズづくりの時間には見学も可能(団体の場合は要予約)。



OPEN 5月中旬〜10月中旬
ACCESS グリュイエール駅からバスで15分
INFO www.fromagerie-alpage.ch/

VISIT チーズの里を訪ねる

ペイダンオー Pays-d'Enhaut

INFO 標高:約1000m 言語:フランス語
www.myswiss.jp/area/08/chateaudoex.htm
 ACCESS モントルーから列車で約1時間
 (Château-d'Oex 駅まで)



レティヴァ L'Etivaz

硬質 10〜38kg

AOC

ヴォー州アルプス(ペイダンオー地方中心)

5月から10月の間、山小屋で薪火をたいて大鍋でつくる伝統のチーズ。直径は30〜65cm。毎年12000〜14000個ほど生産される。産地によって味に違いがあり、薪に使うエビセアの煙やアルプスのハーブが醸し出す香りが特徴。普通でも最低135日の熟成が必要だが、保護された牧草地で放牧する牛の生乳でつくり、30ヶ月も寝かせたものをとくに「レティヴァ・アールビープ」L'Etivaz à Rebibes」と呼ぶ。



フランス語で“上にある地方”という意味をもつペイダンオーは、山間に牧草地が広がるのどかな地域。世界初の熱気球世界一周無着陸飛行の出発点として知られるシャトーデーや、画家のバルテュスが晩年暮らしたロシニエール、故ダイアナ妃が少女時代を過ごしたルージュモンなど、豊かな自然に抱かれた素朴な村が点在しています。昔ながらの酪農農家が多く、祭りや独特の切り絵細工など牧童たちの暮らしと伝統が残るチーズの里でもあります。

ル・シャレー

Le Chalet

シャトーデーにある伝統の山小屋レストラン。ラクレットやフォンデュなど美味しい郷土料理が味わえる。チーズを販売するショップのほか、鉄道模型や地元の工芸品などの展示室もあり。レストランの一角では、薪の火と銅の大鍋を使う昔ながらのチーズづくりを見ることができる。



OPEN 毎日9:30〜22:00(週末は23:00まで)
 チーズづくりは13:30〜17:00(月曜のぞく)
 ACCESS シャトーデー駅から徒歩5分
 INFO www.lechalet-fromagerie.ch

メゾン・ド・レティヴァ

La Maison de L'Etivaz

レティヴァ地区にある共同のチーズ貯蔵庫と生産者組合の直営ショップ。チーズや地元の特産品を購入できるほか、チーズづくりに関するスライドショー、貯蔵庫の見学、チーズの試食(ワイン付き)なども楽しめる。30ヶ月の熟成が必要な「レティヴァ・アールビープ」が約14000個ストックされる貯蔵庫には毎年500〜800個の新しいチーズがもちこまれる。



OPEN 月曜〜土曜 7:30〜12:00/14:00〜18:00
 日曜 10:00〜12:00/14:00〜18:00(冬季の日曜は午後のみ)
 ACCESS シャトーデー駅からバスで約20分
 INFO www.etivaz-aoc.ch/

ジュー谷 Valle de Joux

INFO 標高: 約1000m 言語: フランス語
www.myswiss.jp/area/08/valleedejoux.htm
ACCESS ローザンヌから列車で約1時
 (Charbnnièresまで／Le Day乗り換え)



ヴァシュラン・モンドール
 Vacherin Mont-d'Or

軟質 0.4〜3kg

AOC

ヴォー州ジュー谷周辺

800年頃からリズーやモンドール(黄金の山)のアルプに牛を放牧してグリュイエールチーズをつくっていた農家が、牛乳の量が少なくなる秋に、小ぶりですぐ食べられる軟かいチーズをつくり始めたのが起源といわれる。直径は10〜32cmで熟成も17〜25日間と短い。薄橙色の表皮の下にあるクリーミーなチーズは世界的にも人気が高い。8月中旬から3月末までの限定生産。

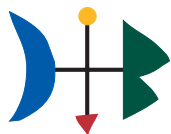


『ヴァシュラン・モンドール』のふるさと、フランスにまたがるジュラ山脈の南端に位置し、ダンド・ヴォリオンやモンドールなどの山々やジュー湖、ブルネ湖といった湖や森の木々に囲まれた美しい谷です。「ブランパン」「オーデマピゲ」「ジャガールクルト」など高級時計ブランドの工房が集結している時計産業の聖地としても世界的に知られています。

美味しいチーズをつくる エビセアの木箱

グリュイエールやレティヴァでも使われているが、とくにヴァシュラン・モンドールにはエビセア(アルプスモミの種類)の木が欠かせない。熟成期間に巻きつける樹皮やチーズを置いておく板、そしてチーズをつめる木箱にも全てエビセアが使われ、独特の香りと味を醸し出していく。チーズは出荷した後も箱の中でゆっくりと食べ頃に熟成していくので箱は重要な要素のひとつ。木箱は、ジュー谷にある森から木を切り出してひとつひとつ手作業で丁寧につくられていく。買ったチーズは箱から出してそのまま食べても美味しいが、チーズに白ワインをかけて木箱のままアルミホイルをまいてオーブンで焼き、トロトロ状態をポテトにかけて味わう伝統の食べ方もおすすめ。





レマン湖地方

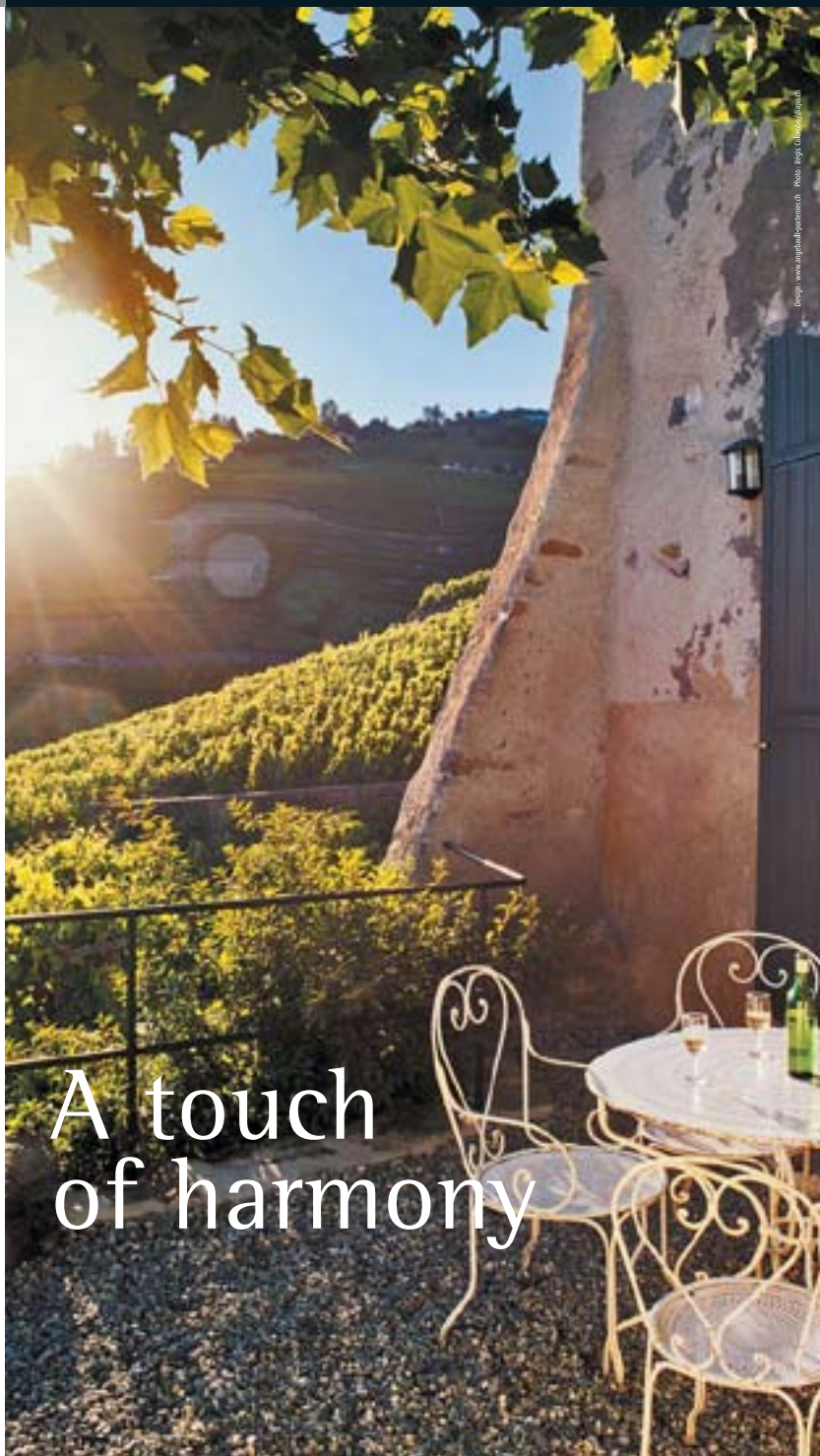
レマン湖地方は高級な
グルメレストランでも
有名ですが、地元ならではの
素朴なレストランや
ビストロで楽しむ食事
もおすすめ。

木陰のテラス席で
美しいレマン湖を
見下ろしながら
郷土料理やチーズなどを
味わう夕暮れ時ほど
素敵な贅沢はありません。
階段状に連なる葡萄畑で
つくられた自慢のワインも
お楽しみください。

レマン湖地方観光局

OFFICE DU TOURISME
DU CANTON DE VAUD

Tel. +41 (0)21 613 26 08
info@lake-geneva-region.ch
www.lake-geneva-region.ch



A touch of harmony

Switzerland.
get natural.



スイスのパン

Bread

麵包 Brot 法國 Pain 麵包 Pane



美味しいと評判のスイスのパンは種類が多いことでも有名。スイス全土に3000軒ほどあるパン屋でおおよそ200～300種類のパンが毎日焼かれています。かつては、その土地でしか入手できなかった地域のパンでも今では簡単に買うことができるようになりました。朝食ビュッフェからレストランのディナーまで、スイス滞在中はさまざまなパンを味わってみましょう。

スイスとパンの歴史

ヨーロッパで最も古い歴史を誇るスイスで発掘された最古のパンは紀元前3530年のもの。他の遺跡から見て紀元前5000～6000年にはすでにパンが作られていたと考えられています。最初にパン焼き職人が登場したのは632年。中世には修道院でパンが焼かれており、ザンクトガレンの修道院（現・世界遺産）では、1日に1000斤のパンを焼くことができたそうです。都市が拡大していくと、パン屋や職業組合が確立され、火事をおこす危険が高い薪オーブンの安全基準やパンの品質を保証する規則なども制定されました。手作業で大変だった製粉も中世からは一部水車を利用していたようです。かつては麦の外皮を完全にとった小麦粉でつくる白パンは高価で贅沢なもので、粗挽きまたは外皮も一緒につぶした全粒粉でつくる黒パンが普通でした。麦がない時は、ドングリや栗の粉、根、おがくずまで使ってパンをつくることもあったとか。今は栄養分が豊富でヘルシーな黒パンも人気です。



伝統の風習とパン

ヨーロッパでは古くから命の糧として象徴的な意味をもっていたパン。とくにキリスト教では聖書や日々の祈りの言葉にも用いられているように、生命のシンボルとして宗教的な役割を担っています。

そのため、出産、洗礼、結婚などの儀式や宗教行事の際には、特別な意味をもつ凝った形に細工をほどこしたパンが焼かれることがあります。春の象徴としてカタツムリをイメージした渦巻きを編みこんだアッペンツェル地方のパンや、十字架とキリストのモノグラムとされる“IHS”を形にしたレッチェンタール地方のパン“Mitscha ミッチャ”など。また、サンタクロースのモデルになった聖ニコラスがパン職人の守護聖人でもあるので、12月5日の聖ニコラスの日あるいはクリスマスには“Grüttibänzグリッティベンツ”という人形パンがつくられます。



パンいろいろ



主食として各地でつくられてきたパンは、形や焼き方、味などいろいろ。入手できる穀物の種類や生活習慣などの地域性が反映された個性的なパンが生み出されてきました。また、州(地方)を代表するようなパンもあります。

郷土のパン

ザンクトガレン地方のパン

国 St. Gallerbrot
県 Pain saint-gallois



ほどよく焦げた表面の皮も適度な厚みがあり、ずっしりと中身のつまった感じのパン。通称“鼻”とよぶ突起があるのが特徴。

グラウビュンデン地方の洋梨パン

国 Bündner Birnenbrot
県 Pain aux poires grison



洋梨とヘーゼルナッツがぎっしり詰まったフルーティーケーキのような甘いパンが、薄い皮の中に包まれている。

グラウビュンデン地方のライ麦リングパン (別名ブラシデラ)

国 Bündner Roggenring
県 Anneau de seigle des Grison



ライ麦と小麦を混ぜてつくられるリング状のパン。つり下げて数週間乾燥させると、数ヶ月保存して食べることができる。

バーゼル(パール)地方のパン

国 Baslerbrvot
県 Pain bârois



ふんわりした生地で中にはいくつか空洞ができる。外の皮はパリパリ。2個つながった形のため、割って売られることも多い。

ヴァレー(ヴァリス)地方のライ麦パン

国 Walliser Roggenbrot
県 Pain de seigle valaisan



山岳地方らしく日持ちの良いパンで、表面は焼いているうちに自然に割れてくる。ライ麦の風味と天然酵母の酸味が強く感じられる独特の味わい。

ティチーノ地方の白パン

国 Tessinerbrot
県 Pane Ticinese



ひまわり油など植物性のオイルを使って小麦でつくる柔らかい白パン。小さなパンが連なっている形なので、簡単に手でひとつひとつ割ることができる。

代表的なパン

田舎パン

国 Bauernbrot
県 Pain de campagne



表面がカリッとなるまで焼く伝統の田舎パン。天然酵母の素朴な味と香りが人気。

くるみパン

国 Baumnussbrot
県 Pain aux noix



こんがり焼いたくるみが入った軽い食感のパン。

黒パン

国 Ruchbrot
県 Pain bis



中はふっくら外はパリパリに焼き上げる、麦の風味豊かなパン。

全粒粉パン

国 Weizenvollkornbrot
県 Pain complet au froment



表皮も胚芽も含めて丸ごと粉にするため栄養価の高いパン。

酵母パン

国 Sauerteigbrot
県 Pain au levain



天然酵母を使ったしっかりとした食感と風味のパン。長期保存可能。

編みパン (三つ編みパン)

国 Butterzopf
県 Tresse au beurre



やわらかい食感とリッチなバター風味で人気のパン。

じゃがいもパン

国 Kartoffelbrot
県 Pain aux pommes de terre



くせのない味わいで消化も良く、比較的美味しいまま長持ちする。

ひまわり種パン

国 Sonnenblumenkernbrot
県 Pain aux graines de tournesol



表面に種をまぶしたパンは塩分がありミネラルやビタミンも豊富。

VISIT 伝統のパンづくり体験

グリメンツ Grimentz



極端な温度差と起伏の激しい高地という独特の厳しい環境に適したライ麦でつくるパンは、長期間保存がきく主食として、ヴァレー州では古くから主食として重宝されていたもの。アルプスの山里では長い間、個々の家で食べるパンを村共同の窯で年に2、3回まとめて焼く風習が残っていました。そんな伝統を受け継ぐグリメンツ村では、一般の旅行者でも昔ながらのパンづくり体験が楽しめます。近くのサンリュック村には水車小屋があり、かつての製粉の仕組みを見学することもできます。

グリメンツ観光局

Grimentz/St-Jean Tourisme

OPEN | 毎週水曜（パンづくり体験）

※2日前までに所定の参加申込書（ウェブからダウンロード）にて予約が必要

※団体の場合はそれ以外の日でも手配可能だが、予約は1週間前までに

ACCESS | シェール駅からバスで約1時間（Vissoie乗り換え）

INFO | www.grimentz.ch/

バレンベルク Ballenberg



豊かな緑に包まれた80haの広大な敷地に、スイス各地から移築された約90軒の古い民家が復元されている「バレンベルク野外博物館」。定期的にパンづくりをはじめ、チーズづくり、糸つむぎやかご編みなど、昔の農民の生活を実演しています。団体で予約をすれば、インストラクターの指導のもとでパンづくりなどの体験することも可能。また、薪オープンで毎朝焼かれるパンは西口そばにある小さなバン屋で購入できます。

バレンベルク野外博物館

Swiss Open-Air Museum Ballenberg

OPEN | 4月中旬-10月末 ※パン作り体験などは団体（10人以上）で要予約

ACCESS | プリエンツ駅からバスで約15分。バス停から徒歩約10分

INFO | www.ballenberg.ch

VISIT 粉ひき水車

サンリュック St.Luc



18世紀にさかのぼるサンリュック村の水車は、高低差のある土地を利用してつくられた7つの水車小屋と3つの水門（水量調節の堰）から成り立つもの。ライ麦製粉、小麦、大麦、ナッツ、羊毛の粘打ちなど、用途に応じて使い分けられていた水車の機能を見学できます。

水車小屋

Les moulins

OPEN | 7月～9月：土・日・曜の午後

ACCESS | シェール駅からバスで約1時間（Vissoie乗り換え）

INFO | www.sierre-anniviers.ch

ル・コル・デ・ロッシュ Le col des Roches



豊かな水力を利用して16世紀に地下につくられたユニークな水車。かつて製粉作業に用いられた水車の仕組みとともに、穀物栽培の文化、パン作りなどの資料も見ることができます。

地下水車

Moulins souterrains du Col-des-Roches

OPEN | 通年（11月～4月は午後のみ／月曜休館）

ACCESS | ヌーシャテル駅から電車で約50分（Le Locle乗り換え）

ル・コル・デ・ロッシュ駅からさらに徒歩12分

INFO | www.lesmoulins.ch

スイスのチョコレート

Chocolate

☐Schokolade ☐Chocolat ☐Cioccolato



中南米で“テオブロマカカオ（神様の食べ物）”と珍重され、大航海時代にヨーロッパへ伝わったチョコレート。最初は薬として用いられていましたが、スペインからフランスに渡った後に贅沢な飲み物として特権階級の間に流行していきます。そんなチョコレートが誰でもが楽しめる美味しいお菓子になるまでに実はスイス人たちの活躍がありました。そしてカカオの生産地でもなく南米やアフリカに植民地も持たなかったスイスが、世界に誇るチョコレート生産国となったのです。

チョコレートと スイスの歴史

スイスで初めてのチョコレートは、1697年にチューリヒ市長エッシャーがブリュッセルから持ち込んだものと言われています。1750年にはスイス初のチョコレート工場がベルンに誕生。続いてヴヴェイ、モルジュ、ローザンヌ、ブレニオ谷、ヌーシャテル、チューリヒ、ルツェルンなどに工場が建設され、19世紀になると「カイエ」「スシャル」「トブラー」「リンツ」「シュブリュングリ」などスイスチョコレートのパイオニア的ブランドが台頭。技術革新とともにチョコレート産業は飛躍的に発展していきます。奇しくも英国人を中心としたヨーロッパの富裕層がスイスにこぞって訪れた観光ブームの時代でもあり、スイスチョコレートの評判はまたたく間に各国へ広まっていきました。隆盛を極めた20世紀初頭にはスイスの生産量の3/4が輸出され、世界のチョコレート消費の半分以上をスイス産が占めるほど。2度の世界大戦と恐慌のあおりをうけて一時業界は衰退しましたが、戦後に再び好景氣を迎え、現在では世界中のメーカーが競って新製品やを開発する人気の嗜好品となりました。



チョコレートの 発展を支えた スイス人

19世紀にスイス人は数々の重要な発明をしています。フィリップ・スシャルルは、砂糖とココアパウダーを混ぜ合わせるミキサーと板状のローラーを転がす機械を開発し、カイエ社の創業者の長女と結婚したダニエル・ペーターは、コンデンスミルクを開発したアンリ・ネスレと出会い、世界初のミルクチョコレートを完成させました。ルドルフ・リンツは、材料にココアバターを加えて練り上げる技法（コンチング）により、固かったチョコレートを滑らかにすることに成功。それまでガムのように噛んでいたチョコレートが舌で溶けるようになったのです。また、スイス人は南米やアフリカでのカカオ栽培や輸出にも貢献しました。とくに19世紀にカカオ栽培をガーナの地場産業にするため農業の専門家を派遣したバーゼル使節団を忘れることはできません。その使節団に雇われていたガーナ人労働者の活躍で、世界トップのカカオ産出国としてのガーナが誕生したのです。



*Photo: CHOCOSUISSE, Verband Schweizer Schokoladefabrikanten, CH-3011 Bern, www.chocosuisse.ch

世界に チョコレート を広めたスイス人

異国の地で活躍してきたスイス人はチョコレートも世界に広めました。例えば、グラウビュンデン州出身のヨスティ兄弟。ベルリンに設立したチョコレート会社は作家のハイネも賞賛するほど評判で、「カフェ・ヨスティ」も政治家や芸術家、作家が集うサロンとなり、滞欧中の森鴎外の日記に記されています。そのほか、サント・ペテルスブルグで詩人ブーシキンも立ち寄ったという「カフェ・シノワ」を経営したウォルフとベランジェや、コペンハーゲンにチョコレート工場を開いたクロエッタ兄弟、ヘルシンキに初の菓子店をオープンしたカール・ファツァーも同州の出身でした(後にこの2つのブランドは統合して、北欧諸国、ロシア、ポーランド、バルト三国で1番のシェアを誇るブランド「クロエッタ・ファツァー」となる)。また、ベルギーの王室ご用達ブランドになった「ノイハウス」の創始者ジャン・ノイハウスもスイスのヌーシャテル出身。ブリュッセルに移住して薬局を開いた彼は、そこでチョコレートを販売しながらレシピの研究に情熱を傾け、息子のフレデリックとチョコレート専門店を開きました。そのほかブレニオ谷出身の菓子職人達も、イタリア、ドイツ、オランダの各地で開業したり、ロンドンのカフェやレストランと取引して大きな成功を収めています。



「スイス チョコレート」 のブランド

昔も今も、「スイスチョコレート」といえば高品質の証。そんな世界中に広く知れ渡ったブランドイメージは、厳格な規定のもとでしっかりと守られています。現在、スイスチョコレートと呼ぶことができるのは、製造工程のすべてがスイス国内で行われたものだけ。一部の製造過程でも国外で行われた製品はその旨を包装に表示する必要があります。1901年に設立された「チョコスイス組合 Chocosuisse」を中心に、粗悪な模造品が出回らないように厳重に管理しているので、消費者は安心してスイスチョコレートを購入することができるのです。



スイス人と チョコレート

統計によるとスイス人は世界で最も多くチョコレートを食べている国民です。2004年の調査では、年間一人当たりのチョコレート消費量は11.6kgで1位。ちなみに日本人が約2.2kgなので、スイス人は約6倍のチョコレートを食べていることになります。そんなチョコレート好きの国スイスには、街のあちこちにチョコレートショップがあります。普通のスーパーでもチョコレートコーナーは充実しています。安価でいろいろな種類のチョコレートが購入できるのでおみやげにもおすすめ。



チョコレート・トレインの旅

「ゴールドパスサービス」と「カイエ・ネスレ」が共同で実現させたチョコレート・トレイン。1915年製のクラシック車両「ベルエボック」または、モダンなバノラ列車のどちらかの1等車に乗ってレマン湖畔のモントルーから出発。車窓に広がるブドウ畑や牧歌的な山里の風景を眺めながら、チーズで有名なグリュイエールへ。チーズ工場(P13)と中世の古城を訪ねます。そして、再び電車に乗ってチョコレート工場のあるプロヘ。甘い香りの漂うチョコレート作りの見学と試食が楽しめます。

(要予約/日本の旅行代理店で予約可)

OPEN 6月～10月までの月、水、木曜
INFO www.mob.ch



Visit スイス各地のチョコレートショップ (抜粋)

チューリヒ Zurich

シュプリュングリ

Confiserie Sprüngli



1832年から続くスイス屈指の老舗ブランド。種類も豊富なトリュフやブラリネで有名。1859年にオープンした駅前大通りにある本店にはカフェも併設されており、昔も今も多くの人で賑わうスポット。空港店、中央駅店のほかチューリヒ市内を中心に数多くの支店あり。

INFO | www.confiserie-spruengli.ch

ジュネーヴ Genève

ステットラー

Chocolaterie Stettler



1947年から、創業者でもあるポール・ステットラーとそのチームがつくる高品質のチョコレートは日本をはじめ世界各国で絶賛されている。とくに“幻のチョコ”ともいわれるキューブ型の生チョコ「バヴェ・ド・ジュネーヴ(ジュネーヴの石畳)」が有名。

INFO | www.chocolaterie-stettler.ch

ルツェルン Luzern

バッハマン

Confiseur Bachmann



約70年前に創業した「バッハマン」は4代に渡って伝統を受け継ぐパン・菓子屋。種類の多いケーキ類をはじめ、ブラリネやトリュフなどを中心にしたチョコレートでも有名。ルツェルン市内・近郊に8店舗、シュヴァネン広場にある本店ではチョコレートショーを開催。

INFO | www.confiserie.ch

カスラーノ (ルガーノ 郊外) Caslano

アルプローゼ

Chocolat Alprose SA



1957年に創業。現在は年間8000tの生産量を誇り、世界35カ国で販売されている。工場に併設したショールームSchoco Landというミュージアムがあり、直営ショップでチョコの試食やお得な価格で商品を購入することができ。

INFO | www.alprose.ch/

チューリヒ Leclol des Roches

トイシャー

Teuscher



約70年前に創業した小さなチョコレート店は、最高の材料を使い研究を重ねた味を父子で受け継ぎ、現在ではアメリカを中心に世界各国に支店をもつブランドへ成長。シャンパントリュフがとくに有名。スイスではチューリヒに本店を含む4店舗、ジュネーヴに1店舗ある。

INFO | www.teuscher.com

ジュネーヴ Genève

ファヴァルジェ

Favarger



街の中心にあたるローヌ河のほとりでは1826年に創業。一つの家族で代々受け継いできたため、ナッツの入ったミルクチョコレートなど、伝統のオリジナルレシピは健在。近代技術を導入しつつも、年代ものの機械を使い昔ながらの製法と味を守っている。

INFO | www.favarger.ch/

モルジュ Morges

マイアー

Chocolaterie Maier



モルジュ城に近い通りにある街のチョコレート店。トリュフやブラリネ、チューリップをイメージしたものなど種類も豊富で、ピスタチオ、ヌガー、アーモンドなどのミニブラリネ「マイアリー-Maierli」は看板商品。ローザンヌにも支店あり。

INFO | www.chocolaterie-maier.ch

ヴヴェイ Vevey

ポワイエ

Confiserie POYET



約10年前にできた新しい店ながら、チョコレートづくりへの情熱は一流。素材にこだわり、さまざまな個性的な商品を開発している。ヴヴェイに暮らしたチャップリンの靴をモチーフにした新作チョコレートもおみやげに人気。

INFO | www.confiseriepoyet.com

スイスの栗

Chestnut

🇨🇭 Edelkastanie 🇫🇷 Chataignes 🇮🇹 Castagna



約1000年前にはティチーノやグラウビュンデン、ヴァレーなどのアルプス南部、温暖な中央スイス地方の一部に豊かな栗の森が広がっていました。そのことは、カスターセーニャCastasegna、カスタニョーラCastagnola、シャテニエChataignier、カスタニエンバウムKastanienbaumなど、栗にまつわる地名からもうかがえます。しかし南米からジャガイモやトウモロコシが入ってくると手間のかかる栗は使われなくなり、次第に森も消えていきました。そうして一度はアルプスから失われかけた栗の伝統ですが、近年、ティチーノ州を中心にした保護運動により、再び、昔のような栗の森と食文化がよみがえりつつあります。

ローマ人が 広めた栗文化

アジアを中心として世界中で栽培されている栗。ローマ人がスイスに持ち込みましたが、もともとはカスピ海と黒海にはさまれた山岳地方であるコーカサス高地に由来すると考えられています。古代

アルメリア人が栽培していた栗はペルシア語で「乾燥した果実」を意味する(Kasutah)と呼ばれており、これがローマでラテン語化して、現在の学術名でもあり「栗」を表す言葉の語源でもある〈カスターネアCastanea〉に変化したようです。食品としてはもちろんですが、頑丈で弾力がありタンニンを多く含むため耐久性にも優れた栗は、木材としても台所用品や籠、ワインの樽などに使われ、ローマ人の暮らしに深く根付いていきました。その後、ローマ帝国の拡大とともに広まっていた栗の文化はスイスに入り、栗栽培に適した気候だったアルプス南部の山岳地方で定着。もともと日々のパンづくりに十分な穀類がでない土地であったため、栗が主食となり 栗の木は“生命の木”“パンの木”と呼ばれるようになりました。とくにティチーノ地方では「1人につき1本の栗の木」がルールになるほど重宝され、さまざまな用途に使うために収穫期や特徴の異なる品種の栗を栽培してきたので、現在でも約100種類を超える食用の栗が生育しています。



マロンと栗 の関係

日本ではマロン=栗だと単純に思っていますが、ヨーロッパでは他の意味に取られることがあります。そもそも仏語のマロンMarronとは

街路樹でおなじみのマロニエの実のことで、日本ではトチの実として知られています。独語でロス・カスタニエ、英語でホース・チェスナッツ(馬の栗)といい、食用ではなく家畜の餌や薬として主に用いられていたもの。おなじみの栗のイガとはちがって突起がある固い殻のような皮に包まれています。マロン=栗のイメージを決定づけた「マロン・グラッセ」も昔はトチの実を砂糖漬けにしてつくっていたのでこの名がついたという説もあります。しかし大粒の栗がとれる改良品種のひとつが仏語マロン/独語マローネ(マローニ)という名で主流になったため、この品種名のことを指しているとも考えられます。いずれにしても、さまざまな外国語をカタカナにしている日本人にとっては複雑なところ。ちなみに“マロン”という言葉は、ギリシアの詩人ホメロスが代表作『オデュッセイア』の中で栗のことを記した“マラオンMaraon”が語源のようです。



学名:Castanea sativa (ヨーロッパ栗)



学名:Aesculus hippocastanum
(西洋トチノキ)

栗いろいろ

かつて栗を主食としていたティチーノ地方やグラウビュンデン地方南部では、栗の伝統とともに、乾燥栗、栗粉、パスタ、パン、ケーキ、ジャム、ビール、蜂蜜などさまざまな栗製品が復活しています。また秋のシーズンには、地元のレストランで栗を使った料理やデザートを楽しむことができるでしょう。



ジビエ料理 Wild/ Chassé

小麦粉を練ったものを小さくして炒めたシュベツェリカパスタ、赤キャベツか小キャベツや、洋梨とクランベリージャム、そして甘く煮た栗がジビエ料理にお決まりの付け合わせ。



ブリゾレ Brisolée

焼き栗と葡萄（主にシャスラ種）とチーズというヴァレー州の特産をあわせて食べる秋の特別料理。チーズの塩気と葡萄の甘みや水気が栗のホクホク感と絶妙にマッチしている。



ヴェルミセル Vermicelle

細いパスタ“ヴェルミチェリ”のように栗ペーストを絞りだすことから名前がついたお菓子。モンブランのクリームだけという感じで、アイスや生クリームをそえることが多い。



サンドロ・ヴァニーニ

Sandro Vanini SA

湖畔の町カスラーノにあり、1871年の創業時からつくられてきたマロン・グラッセがとくに有名。砂糖でコーティングしたフルーツなどの商品とともに小さな工場丁寧につくられている。ほかにも栗のピューレやジャム（クリーム）なども販売している。

INFO www.sandrovanini.ch



カスラーノ

ダ・アンニエーゼ

Ristorante Stazione "Da Agnese"

絶景ルートで有名なチェントヴァッリ鉄道の起点となるイントラーニャ駅にあるのは、知る人ぞ知る隠れ家レストラン。季節の素材を活かした創造力あふれる絶品料理は、味はもちろんのこと、見た目にも美しい。秋には栗のスープやケーキなども楽しめる。

INFO www.ticino-gastronomico.ch/



イントラーニャ

Visit 栗の里を訪ねる

ソーリオ Soglio

INFO | 標高:約1095m 言語:イタリア語

www.myswiss.jp/area/01/

ACCESS | サンモリッツからバスで約1時間40分 (Promontogno乗換)



ブレガリア谷の奥にあるソーリオは画家や文人に愛された隠れ里。その先のポンドやカスターセニャ(栗の木が村の紋章)を含む一帯には鬱蒼とした栗林が広がっています。ここでは秋に収穫した栗を“カッシーネCascine”という小屋で6週間かけて燻製し、十分に乾燥したものを布袋に入れ地面に叩きつけて外皮をとり、貴重な保存食として巧みに使ってきた古い伝統が残っています。そんな文化を今に伝えるべく約10年前に誕生した保護団体を中心に子供向けの野外学習や1年に1度の祭りを企画・開催。栗の粉やパスタなどは村内の店で購入できます。



ホテルレストラン「パラッツォ・サリス」

Palazzo Salis

1630年に建てられ、1701年に現在の形に拡張されたサリス家の館。1876年からホテルとなり、今も同じ一族によって経営されている。1998年にICOMOS(国際記念物遺跡会議)に選ばれた歴史ホテル。建物内にもレストランがあるが、有名な美しい庭のところに天気の良い日の昼間にオープンするガーデンレストランがおすすめ。ランチに栗のパスタやデザートなどが味わえる。



■ ハイキング

栗に関する情報板が設置された約2キロの簡単ハイキングコース。栗の燻製小屋が点在するソーリオ村から少し下ったところからスタート。標識にしたがって栗の木に囲まれた平坦な山道に入り、小さな滝の前を通り、しばらく歩いていくと栗林が並んだ開けた道へ。そこを抜ければイタリア国境の村カスターセニャに到着。

INFO | www.palazzosalis.ch

ティチーノ州

Ticino

INFO | 言語: イタリア語 www.myswiss.jp/area/10/

アルプスの南部に位置し、独特の栗文化が発展したティチーノ州。1年の半分は栗でパンがつくられていたほど栗は主食として重宝されていました。昔は「住民一人につき栗の木1本」が常識とされ、各村で収穫期や特徴の異なる栗の木を混ぜて栽培してきたため、現在も約100種類を超える食用栗の品種が確認されています。ほかの地域と同じように需要の低下とともに荒廃していましたが、マルカントーネ地方を中心に徐々に森が修復され、昔の栗文化を復興させる保護運動が盛んになっています。ティチーノでは所有者や団体が収穫する期間を過ぎると、どこの栗林でも自由に栗拾いを楽しめます。

*地域ごとに定められている期間は異なりますが、多くの場合は11/11の聖マルタンの日まで。

■ 栗祭り

10月にはティチーノ州の各地で大小さまざまな栗の祭りが楽しめます。大きな広場などで、地元で収集した栗を焙煎。大きなフライパンや回転式の道具など使って常に揺らしながら、こんがり焼いていきます。「カスタニャータCastagnata」という栗焼きイベントのほかに、ワインやチーズ、パンやサラミなど多彩な特産品の店も並んで、秋の収穫祭と一緒に開催されることもあります。



◎ 栗祭りが開催される主な場所（抜粋）

ルガーノ Lugano	Festa d'autunno
セミオーネ Semione	Castagnata
ターマロ山 Monte Tamaro	Castagnata con musica
ムッジオ谷 Valle di Muggio	Sagra della castagna
レヴェンティナ谷 Valle Leventina	Castagnata
カモリーノ Camorino	Raccolta centralizzate delle castagne
コッラ谷 Val Colla	Rassegna gastronomica della Val Colla
アスコーナ Ascona	Sagra della castagne e festa d'autunno
セッサ Sessa	Rassegna gastronomica zucche e castagne

※ 開催日は毎年変更されるので現地観光局などで確認してください。

INFO | www.ticino-tourism.ch

■ 栗林を訪ねるモデルコース

ティチーノ州にある森の五分の一を占める栗林は、総面積で26000ha。ティチーノ観光局では、各地に点在する美しい栗林を訪ねる5つのモデルコースを提案しています。文化遺産など見どころ満載のルートです。

※詳細情報をまとめたパンフレットはウェブからPDFでダウンロードできます。

INFO | www.myswiss.jp/brochure/10/index.htm



マルカントーネ地方

Malcantone

INFO | www.malcantone.ch

ACCESS | ルガーノ駅からバスで約30分(Arosioまで)
／ルガーノから列車で約20分(Caslanoまで)



ルガーノ湖畔からモンテ・レマまで続く小高い山のような地域。かつて栗を主食として独自の文化が発展した土地でもあり、失われつつある貴重な栗の伝統を後世に残していこうと、地元の団体を中心に古い栗林の再生や栗の食文化の紹介などの活動に取り組んでいます。美しい栗林が広がるアロージオからは、栗をテーマにした約5～6時間のハイキングトレイルが整備されています。栗の収穫期(9月末～11月初旬)には、各地にあるレストランで栗を使った特別メニューを楽しむことができます。

ムッジオ谷

Valle di Muggio

INFO | www.mendrisiotourism.ch

ACCESS | キアツォ駅からバスで約40分(Muggioまで)



ルガーノ湖の南からイタリアとの国境付近に位置するメンドリズィオット地方は、標高約270mの港町から標高約1700mのジェネローゾ山まで、小さいながらコントラスト豊かな魅力あふれる地域。なかでも、とくに手つかずの自然と山里の情緒を満喫できるのがムッジオ谷。くねくねした山道に沿って9つの小さな村が点在しています。山のチーズづくりとともに、栗林に囲まれた栗の里として有名。『グラー-graa』という燻製小屋を使って乾燥栗を作っているカッピオや毎年10月に栗祭りが開かれるムッジオなどで昔ながらの栗の伝統が息づいています。

オンセルノーネ谷

Valle Onsernone

INFO | www.onsernone.ch

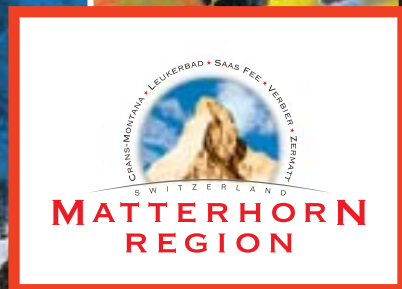
ACCESS | ロカルノ駅からバスで約40分(Berzonaまで)



ロカルノからイタリア国境まで西に続くチェントヴァッリ(百の谷)。そこから北の高台にのびるオンセルノーネ谷には、豊かな栗の森が広がっています。質素な山の暮らしが主流で「貧者の谷」といわれた時もありましたが、16世紀頃にはフランスやイタリアで財をなした谷の出身者たちが故郷に戻り、素晴らしい邸宅を建てています。そのため、この秘境のような谷を旅していると、ふと歴史を感じる立派な建物に出会うことができます。

Discover the Matterhorn Region

The top of Switzerland



マッターホルン地方へようこそ — スイスが誇るリゾートへようこそ

WWW.CRANS-MONTANA.CH • WWW.LEUKERBAD.CH • WWW.SAAS-FEE.CH

WWW.VERBIER.CH • WWW.ZERMATT.CH

“マッターホルン地方 (ヴァレー州) で過ごすバカンス”に関するお問い合わせは:

VALAIS TOURISM, RUE PRÉ-FLEURI 6, CH-1951 SION. TEL. ++41 (0)27 327 35 70. FAX ++41 (0)27 327 35 71.

WWW.MATTERHORNREGION.COM INFO@VALAISTOURISM.CH

Visit 栗の里を訪ねる

フリイ Fully

INFO | 標高:約465m 言語:フランス語

www.myswiss.jp/area/09/

ACCESS | マルティニからバスで約10分



マルティニ郊外にある山間の里で希少な白ワインの品種アルヴィンの産地としても有名。村のシンボルでもある栗林は、アルプス中央部で最も大きく美しい森といわれています。長年に渡って生活を支えてきた栗ですが需要の低下とともに衰退し、19世紀に50ha以上あった栗林は20世紀になると12haまで減少しました。しかし近年になって地滑りや雪崩を防いでくれる森を守っていこうと決定し、地元の保護運動により昔のような豊かな森に戻っています。栗の収穫期でもある10月には一般に開放された森で栗拾いを楽しんだり、名物の焼き栗料理(プリソレ)をレストランで味わうことができます。

栗祭り La fête de la châtaigne

10月中旬

約10年前に村の小さな特産市としてスタート。年々規模が大きくなり、今では各地から多くの人が集まる人気の秋祭りになっている。メインイベントは2000年にギネスブックにも登録された“世界最大の焼き栗”。特製の巨大な焙煎機を使用して一度に2000kgの栗をローストする。通り沿いに並ぶさまざまな露店では、焼き栗、栗パンや栗ケーキなどを購入することも可能。

INFO | www.fully.ch

スイスのワイン

Wine

独 Wein 仏 Vin 伊 Vino



複雑な気候と地形のおかげで豊かな多様性を誇るスイスのワイン。平地が少ないスイスでは、古くから陽当たりの良い山の斜面や湖のそばの丘陵を利用して葡萄を栽培してきました。そんな起伏のある地形につくられた葡萄畑が織り成す風景は新しい旅の楽しみのひとつになっています。とくに葡萄畑の間を縫うように続く美しい小道を歩く簡単ハイキングが人気です。

スイスワインの歴史

ヌーシャテル湖やレマン湖畔の遺跡から大量の葡萄の種が発見され、紀元前1万年前にはすでにワインがつくられていたという説もあります。しかし現在につながるスイスのワイン文化はローマ軍がアルプスを越えてきた時に発展したと考えられています。ヴァレー州からレマン湖を抜けてフランスへ続くローヌ河沿いの道、レマン湖から北上しヌーシャテル湖、モラ（ムルテン）湖、ビール／ピエンヌ湖に続く道、クール、チューリヒを抜けてドイツへと続くライン河沿いの道など、主なワインの産地はかつてのローマ街道と重なっています。

スイスワインの歴史

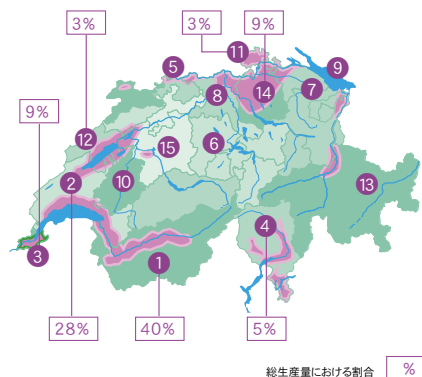
スイス人は一人あたりの年間消費量で世界のトップ5に入るほどワイン好きの国民です。国内の生産量では足りず近隣諸国から輸入しています。さらに一定の品質を保つため国や地方の管理のもと葡萄の生産量が制限されているので、スイスワインはほとんど海外に輸出されません。輸出量は国内生産量のわずか1%ほど。ほとんど産地しか流通しないような銘柄もあります。だからこそ旅行中にはぜひ地元のレストランやワイナリーに立ち寄ってみましょう。その土地ならではの珍しいワインに出会えるかもしれません。

スイスワインの歴史

スイスでは約50種類の葡萄を栽培しています。毎年変動しますが、白と赤の生産量はほぼ半々。白のシャスラ、赤のピノ・ノワール、ガメ、メルローなどが代表的な品種。シャスラを“ファンダン”、シルヴァーナを“ヨハニスベルグ”、ピノ・ノワールを“ブラウブルグンダー”や“クレヴナー”、ピノ・グリを“マルヴォワジー”、リースリング・シルヴァナーを“ミュラー・トゥールガウ”など、地方によって異なる名称で呼ぶので複雑です。そのほかヴァレー州を中心にスイスにしかない希少な品種もあります。また、ガマレやディオリノワールのような新種の開発や多品種のブレンドなど新しいワインの味づくりに意欲的。同じ品種の葡萄でも土壌や環境によって味が変わるため、各地で実に多彩なワインが楽しめるでしょう。



ワイン産地いろいろ



1 ヴァレー州

Valais
32P~

2 ヴォー州

Vaud
35P~

3 ジュネーヴ州

Geneve
41P~

4 ティチーノ州

Ticino
43P~

5 バゼル・ランドシャフト州

Basel Landschaft
www.baselbieterwein.ch

6 ルツェルン州

Luzern
www.luzerner-weine.ch

7 ザンクトガレン州

St. Gallen
www.stgaller-weine.ch

8 アールガウ州

Aargau
www.aargauer-weine.ch

9 トゥールガウ州

Thurgau
www.thurgauweine.ch/

10 フリブル州

Fribourg
言語の境界でもある3つの湖地方のひとつモラ(ムルテン)湖岸から北西にのびる小高い丘のようなヴェーリ山。急な斜面が少なく温暖な気候に恵まれているワイン産地で一部がヴォー州にまたがっている。湖を眺めながら葡萄畑の間を歩く散策がおすすめ。
www.vin-vully.ch

11 シャフハウゼン州

Schaffhausen
ドイツ国境でもあるボーデン湖のほとりにあるシュタイン・アム・ラインや、ライン河流域のハーウ、シャフハウゼンを中心とする一帯は「シャフハウザー・ブラウブルグンダーラント」と呼ばれるワインエリア。全体の約8割を占める品種はブラウブルグンダー。質の高い赤ワインが数々のコンテストで賞を獲得している。
www.blauburgunderland.ch

12 ヌーシャテル州 Neuchâtel

ジュラ山脈を背にニューシャテル湖岸に広がる葡萄畑。紀元前から続く歴史に誇りを持ち、ワインづくりの伝統を守っている。『ウィンドゥ・ベルドリ(ヤマズラの眼)』と呼ばれるピノ・ノワール種のロゼワイン、シャスラ種の白ワイン『ノン・フィルトレ(ろ過なし)』がとくに有名。
www.ovpt.ch



13 グraubünden州 Graubünden

ハイジの舞台となったマイエンフェルトを中心にイエニス、フレーシュ、マランスなど16世紀に形成された葡萄園が今も残るビュンドナーヘアシャフト地方、ローマ時代からの歴史を誇るラインの谷、州都であるクール周辺が代表的なワインエリア。17世紀初めにフランスから入ってきたブラウブルグンダーのほか40種類以上の葡萄を栽培している。イタリア語圏のメゾルチーナ谷も産地のひとつ。
www.graubuendenwein.ch



14 チューリヒ州 Zürich

チューリヒ湖周辺、リマット川流域の「リマッタール」、チューリヒ北からラアツァーフェルトまでの「ウンターランド」、ヴィンタートゥール東の「ヴァインランド」が主な産地。赤はブラウブルグンダー、白はリースリング・シルヴァナーやシャルドネなどのほか、古品種のロイスリングなど希少な品種も栽培している。
www.zuercher-wein.ch



15 ベルン州 Bern

ニューシャテル湖の北に位置し、独語と仏語の境界でもあるビール湖岸は、ジュラ山脈と湖、葡萄畑が織り成す美しい風景とかわいい町の多いワインエリア。散策やサイクリング、ボートクルーズが人気。この地方の共同ワイナリーでは多彩なワインが味わえる。もうひとつの産地はトゥーン湖畔のシュビーツ。アルプスに近く標高も高い葡萄畑ではリースリング・シルヴァナーを栽培している。フルーティな白ワインが特徴。シュビーツ城には中世からの伝統が受け継ぐワイナリーがある。
www.bielerseewein.ch(ビール湖周辺)
www.rebbau-spiez.ch(シュビーツ周辺)



MEMO

チーズやワインなどにみられる原産地呼称管理制度(仏語AOC/独語GUB/伊語DOC)。正当な産地であることのほか、その品質を保証するために設けた厳しい基準をクリアしたものにだけに名称を与える認定で、いわば産地ブランドのお墨付き。スイスでワインに関して認定されている産地名称は650以上にのぼります。

AOC(仏) Appellation d'Origine Contrôlée GUB(独) Geschützte Ursprungs Bezeichnung DOC(伊) Denominazione di Origine Controllata

Visit ワインの里を訪ねる

ヴァレー/ヴァリス州

[44] Valais [45] Wallis

[INFO] www.myswiss.jp/area/09/

● ヴァレー州の主な産地

Agarn, Ardon, Ayent, Ausserberg,
Chalais, Chamoson, Charrat,
Conthey, Fully, Leuk, Leytron,
Martigny, Miège, Riddes, Saillon,
Salgesch, Savièse, Saxon, Sierre,
Sion, Saint-Léonard, Varen,
Venthône, Vétroz, Visperterminen



● 品種 DATA

白：ファンダン(シャスラ)、ヨハニスベルグ(シルヴァーナ)、マルヴォワジー(ピノ・グリ)、エルミタージュ(マルザンヌ・ブランシュ)、アミーニュ、プティタルヴァインなど
赤：ピノ・ノワール、ガメ、シラー、ユマーニュ・ルージュ、コルナランなど
AOC/GUB(産地呼称認定)：124

全体の40%以上というスイス随一の生産量を誇るヴァレー州。日照率が高く、気候も土壌もワインづくりに適したローヌ河沿いの谷にワイン産地が点在しています。南側に面した山の斜面一帯にパッチワークのように広がる小さな葡萄畑が特徴。22000軒ある栽培農家の中で2ha以上の畑の所有者がわずか250軒というほど、小規模生産がこの地方の伝統です。主流は白のシャスラ、赤のピノ・ノワール。ほかにプティタルヴァイン、アミーニュ、ユマーニュ・ルージュ、コルナランなどヴァレー州にしかない希少で古い品種もあります。また、ドールに代表されるブレンドワインや、遅摘み(ヴァンダーージュ・タルティヴ)の葡萄からつくる甘いワインなど、高品質で多彩なワインがつくられています。

世界で一番小さな葡萄畑

俳優のロジャー・ムーア、ソフィア・ローレンやジェーン・バーキン、F1ドライバーのシューマッハやサッカー選手のシダン、モナコのキャロライン王女やアナウンサー事務総長など。サイオン村には、世界の著名人たちが訪れて農作業をする特別な場所がある。それはファリネという人物に捧げられた、わずか3株の葡萄から成る総面積1,618gの“世界一小さな葡萄畑”。ファリネとは偽金をつくり貧民に配っていた民衆の英雄的存在で、自由と冒険を愛した破天荒な彼の生き方は、多くの詩や歌、小説の題材となり舞台や映画にもなった。そして、自身もその役を演じ、人柄に強く魅せられた俳優ジャン＝ルイ・バローにより、没後100周年にあたる1980年に友の会が結成され、ワインを愛した彼を偲んで『平和の葡萄園 La Vigne de la Paix』がつけられた。バロー亡き後、社会奉仕活動で知られるピエール神父に受け継がれ、2000年からはダライ・ラマ法王が所有者になっている。各界の著名人たちの手で育てられた葡萄と周辺地域で産出された葡萄をあわせて年間約1000本の極上ワインがつくれ、およそ2万スイスフランの売上金はさまざまな社会・文化活動にいかされている。



Copyright: G.-A. Cretton Martigny Switzerland

シエール 国Sierre 国Siders

INFO 標高:約530m 言語:フランス語
www.myswiss.jp/area/09/sierre.htm
www.sierre.ch
ACCESS ジュネーヴから列車で約1時間50分



ローヌ谷の中央部に位置するシエール。この地を訪れて南仏やスペインの田舎町を思い出したという詩人リルケは、あふれる太陽と葡萄畑が織り成す風景を題材にいくつもの詩を書いています。彼が晩年を過ごしたミュゾの館をはじめ、歴史を感じる邸宅や古城が数多く点在しているのも特徴のひとつ。近隣のサンレオナル、サルゲッシュ、ヴァントーヌ、ミエージュなど12の産地をあわせて“レ・コトー・ド・シエール Les Coteaux de Siere”と呼んでいます。40種類の葡萄を栽培し、質の高いワインを産出しているヴァレー州屈指のワインエリアです。

シャトー・ド・ヴィラ

Château de Villa

もともとは16～17世紀に建てられた由緒ある邸宅。約50年前に財団が設立され、現在では郷土料理が自慢のレストランとワインセラー、ワイン博物館になっている。ラクレットやドライビーフ、ブリソレ(秋限定の焼き栗)など、ヴァレー州の名物がいろいろ楽しめるレストランはおすすめ。70以上の地元ワイナリーから厳選した約500銘柄をそろえる充実のワインセラーでは珍しい地ワインを安価に購入できるほか、週ごとにセレクトされるワインが味わえる。



ヴァレー州ワイン博物館

Musée Valaisan de la Vigne et du Vin / Reb-und Weinmuseum

ヴァレー州のワイン博物館は、シエールの「シャトー・ド・ヴィラ」とサルゲッシュの「ツモフェンハウス」の2カ所に分かれている。前者がワインづくりの民具、後者が葡萄栽培や土壌に関する資料などを主に展示。この2つの博物館を結ぶ道は、ワインや葡萄に関する情報パネル(仏語/独語)が設置された「ワインの小道 Le Sentier Viticole」という約6kmの散策コースになっている。ヴァレー伝統の古い木造の家が残るミュラ Murazやリルケの暮らしたヴェイラ Veyras “ピス”と呼ばれる灌漑水路、モザイクのように連なる美しい葡萄畑など見どころも多い。



INFO www.chateaudevilva.ch/

INFO www.museevalaisanduvin.ch

Visit ワインの里を訪ねる

フィスパールテルミネン

Visperterminen

INFO 標高:約1340m 言語:ドイツ語

www.visperterminen.ch/

ACCESS フィスプからポストバスで25分

ジュネーヴから列車で約2時間20分 (Vispまで)



サースフェーからサース谷、ツェルマットからマッター谷を通り流れてきたアルプスの水が合流するフィスバ川。さらにローヌ河に流れ込むフィスプまで続く谷沿いの斜面には、標高650mから1100mまでモザイクのように美しい段々畑が広がっています。最高地点にあたるフィスパールテルミネンの葡萄畑はヨーロッパで一番高所にある葡萄畑として有名です。古くから栽培されてきた代表的な品種はハイダHeida(またはパイエンPaïen)。ジュラ地方ではサヴァニャン・ブラン、アルザス地方ではトラミネと呼ばれる葡萄で、この高地産はとくに希少とされるもの。ナッツのような香りと黄色がかった色が特徴の芳醇な白ワインがつくられています。

シオン

Sion

INFO 標高:約490m 言語:フランス語

www.myswiss.jp/area/09/sion.htm

ACCESS ジュネーヴ駅から列車で約1時間30分



ローヌの谷沿いにある古都シオンはヴァレー(ヴァリス)の州都。隣のシエールと同じように、少ない降水量、恵まれた日照時間、秋に吹く暖かく乾燥した偏西風(フェーン)といった環境がワインづくりに適した土地として知られています。多彩な品種を栽培していますが「ファンダン・ド・シオンFendant de Sion」と呼ばれるシャスラ種でつくる白ワインが有名。町のランドマークでもある2つの古城のまわりをはじめ、一帯の丘には美しい葡萄畑がテラス状に連なっています。

ヴォー州=レマン湖地方

Vaud (Lake Geneva Region)

INFO www.vins-vaudois.com www.myswiss.jp/area/08/



レマン湖地方と呼ばれるヴォー州はスイス第2位の生産地。ニヨンからモルジュの間にある「ラ・コート」、ローザンヌからモントルーまで湖にそってテラス状に葡萄畑が連なる「ラヴォー」、ヴィルヌーヴからエーグル周辺の「シャブレー」、ヌーシャテル湖の南側に位置する「ヴォー北部」という4つのエリアに分かれています。約7割は白の品種が占めており、とくにシャスラ種を中心としたフルーティで爽やかな白ワインが有名。土壌や気候などの環境の違いによって微妙にニュアンスの異なる繊細な味わいが楽しめます。

● ヴォー州の主な産地

ラヴォー Lavaux

www.lavaux.ch/

Lutry, Villette, Epesses,
Dézaley, Calamin,
St Saphorin, Chardonne,
Vevey-Montreux



ラ・コート La Côte

www.routeduvignoble.ch

Féchy, Mont-sur-Rolle,
Vinzel, Perroy, Aubonne,
Morges, Luins, Tartegnin,
Coteau-de-Vincy, Bursinel,
Begnins, Nyon



シャブレー Chablais

Villeneuve, Yverne, Aigle,
Ollon, Bex



ヴォー北部 Nord du pays de Vaud

Bonvillars, Côtes de l'Orbe,
Vully



レマン湖地方でワインを味わう

カーヴCave／カヴォーCaveuxと呼ばれるワイナリーでは、団体向けに試飲や直売サービスをしています（要予約）。時期によっては少人数や予約なしでも大丈夫なところもあるので、散策の途中にワイナリーに立ち寄ってみてはいかがでしょうか。またレマン湖地方のワイン産地には「カヴォー・デ・ヴィニユロンCaveau des Vignerons」という生産者組合が運営する店があり、個人の旅行者でも気軽に地元のワインや特産品を味わうことができます。ほかにも“パントPinte”と呼ばれる居酒屋（食堂）も、地ワインと郷土料理が楽しめるおすすめスポットです。



Visit ワインの里を訪ねる

キュリー Cully

ラヴォー

INFO 標高:約390m 言語:フランス語
www.cully.ch www.myswiss.jp/area/08/lausanne.htm
 ACCESS ローザンヌから列車で約10分



レマン湖の湾曲した岸边にたたずむキュリーは、ローマ時代にはじまりブルゴーニュ公国、ベルン州などに属してきた長い歴史をもち、14世紀の鐘楼や16～17世紀の建物などが残るかわい町です。ラヴォー地区を代表するワインエリアでもあり、周辺の丘にはテラス状の美しい葡萄畑が続いています。キュリーを中心にしてリュットリまでの西側の地域が「ヴィレット Villetle」、東側のエペスまでの地域が「エペス Epesse」という銘柄AOCになります。質の高いシャスラ種を中心にさまざまな葡萄を栽培しています。とくに菩提樹の花やフルーツの香りをを感じる上質な白ワインで有名です。

オーベルジュ・デュ・レザン

Auberge du Raisin

小規模で美味しいレストランが多いキュリー。中でもとくに有名なのは、洗練された料理でミシュランの2つ星を獲得しているグルメレストラン「オーベルジュ・デュ・レザン」。食事とともに、地元ラヴォーの白ワインをはじめ、スイス、フランス、カリフォルニア産など充実のワインが楽しめる。世界中の高級ホテル・レストランが加盟する『ルレ・エ・シャトー』のメンバーで、スイートを含む全9室のエレガントな隠れ家ホテルでもある。



INFO www.relaischateaux.com/raisin

ラヴォー・エクスプレス

キュリーからは隣村のリエやエペスを訪ねながら葡萄畑の間の小道を歩くハイキングがおすすめだが、「ラヴォー・エクスプレス Lavaux Express」というミニトレインに乗って、リエ、グランヴォー、ヴィレット、アラン、リュットリなど美しいワインづくりの村々を巡ることもできる。所用時間は約1時間で、葡萄畑が美しい初夏から秋にかけて運行予定。キュリーやリュットリの波止場からはレマン湖クルーズとの組み合わせも可能。

INFO www.lavaux.com



Visit ぶどう畑を歩くハイキング

湖の上に丘陵状に連なるラヴォー地域の風景の美しさは格別です。農作業のため畑の間を縫うようにつくられた道からは、テラスのように広がる葡萄畑とその奥に連なるアルプスの山並、レマン湖のキラめく絶景が堪能できます。そんな葡萄畑の道を歩いて、かわいいワインづくりの村々を訪ねてみてはいかがでしょうか。とくに葡萄畑が黄金色に染まる感動的な秋はおすすめのシーズン。9月頃から始まる収穫作業や村の収穫祭に出会えるかもしれません。もちろん、道の途中に点在している小さなワイナリーや居酒屋、レストランに立ち寄って地ワインを試してみるのもお忘れなく。地区ごとにお散歩感覚の簡単ハイキングが楽しめます。



ラヴォー地区エペス

AOC

キュリー Cully >>> エペス Epesses >>> リエ Riex >>> キュリー Cully

約1時間

※エペスからデザレー地区の葡萄畑を歩いて1周する約1時間15分のルートもあります。

キュリーの中心から上に向かって、線路と大きな車道を越えるとハイキングコースの入口。葡萄畑が左右に広がる美しい道を歩きながらエペス方面へ。時々、葡萄畑の中にある小さな作業道を通ってみても良いでしょう。エペスからリエまでは見晴らし最高のコルニッシュを歩いていきます。そしてリエから下り道をさらに行くと間もなくキュリーに到着です。

*仏語でコルニッシュCornicheとは、南仏などに多い海岸を見下ろす崖下にある道のことを指す。



ラヴォー地区サン・サフォラン

AOC

シェーブル Chexbres >>> サン・サフォラン St.Saphorin >>> リヴァ Rivaz

約1時間10分

(シェーブル>>>サン・サフォラン:約30分) (シェーブル>>>リヴァ:約55分)

ヴヴェイから「トラン・デ・ヴィーニュTrain des Vignes(ブドウ畑の列車)」と呼ばれるローカル線に乗ってシェーブルへ。標識を確認し、下り道を歩いていくと約30分で石畳の道や古い教会など雰囲気のあるかわいいサン・サフォラン村に到着。その後、途中にあったモントルー生まれの詩人・音楽家ジャン・ヴィラル・ジルの記念碑がある小さな葡萄園La Vigne a Gillesまで一度戻り、見晴しの良い葡萄畑の間の道をさらにリヴァまで歩くこともできます。



ラヴォー地区シャルドンヌ

AOC

シャルドンヌ周辺 Chardonne

約45分

ヴヴェイからモンベルラン(ペラン山)に登るケーブルカーに乗ってシャルドンヌで途中下車。駅からシャルドンヌの村を通り、葡萄畑の間の道を下っていきます。そのまま降りていくとサン・サフォラン村へいきますが、途中にある見晴らしポイントPressoir de la Confraryで左に曲がり、葡萄畑の中の小さな道を歩きながらぐるり1周して最初の駅に戻るコースです。



Visit ワインの里を訪ねる

モルジュ Morges

ラ・コート

INFO 標高:約380m 言語:フランス語
www.myswiss.jp/area/08/morges.htm
 ACCESS ローザンヌから列車で約10分



“レマン湖の花”と呼ばれるかわいいモルジュは、湖畔の港町として古くから栄えてきた歴史のある町です。モルジュ近郊の一角は「ラ・コート地区」の産地で、オードリー・ヘップバーンが晩年を過ごしたトロシュナや、印象的な建築で有名なヴュフラン城、アイリス園で知られるグエイラン城の周辺に美しい葡萄畑が広がっています。それぞれの土壌の個性が反映された繊細で風味豊かな白ワインが名物。

エーグル Aigle

シャブレー

INFO 標高:約400m 言語:フランス語
www.myswiss.jp/area/08/aigle.htm
 ACCESS ローザンヌから列車で約30分



モントルーの東に位置するアルプスの玄関口。町のシンボルであるエーグル城を中心に美しい葡萄畑が広がる「シャブレー地区」のワイン産地です。13世紀頃に城塞として建てられた古城は葡萄とワイン造りの歴史を伝える博物館になっており、隣接するディームの館には世界各国のワインラベルを集めた博物館と地ワインが楽しめる小さなレストラン『パント・ドゥ・パラディPinte du Paradis』があります。

よみがえった ヴァン・キュイの伝統

サトウキビがないヨーロッパで古代から珍重された甘味といえば蜂蜜と果物だった。中世のフランスやスイスでは「ヴァン・キュイ Vin Cuit(煮たワイン)」という果汁を煮詰めたジャムやシロップがつくれ、栄養価が高く貴重な“万能薬”として処方されていたという。有名な予言者で医師だったノストラダムスも、ジャムなどの製法をまとめた著書でヴァン・キュイについて記している。しかし砂糖が大量生産されるようになると、その存在は次第に忘れられていった。その一時は消えかけたヴァン・キュイの伝統が新たにレマン湖地方を中心に復活している。

TOPIC

スイスのリヴィエラといわれ、中世の時代から現代まで世界のセレブが好んで滞在するレマン湖地方。グルメガイドの常連という高級料理レストランも多い。とくに20世紀を代表する天才料理人と名高いフレディ・ジラルデ氏*が腕をふるったローザンヌ郊外クリシエCrissierの店は、長年に渡り世界のトップに君臨したことであまりにも有名。その彼が、1980年代に甘さと酸味が混ざった独特の味に注目し、料理の隠し味として使い始めたことをきっかけに、ヴァン・キュイは再び脚光をあびていく。なかでもデザートに用意されたヴァン・キュイのタルトは食通たちの話題を集めた逸品として知られている。惜しまれつつ彼が引退した後、ヴァン・キュイの味や料理の哲学とともにフィリップ・ロジャ氏に受け継がれたレストランは、現在もミシュランの3ツ星、ゴーミヨで19点を獲得している名店として美食家たちの舌を喜ばせている。

*日本でカリスマ的存在の三國 清三シェフのスイス修行時代の師匠でもある。

INFO | www.philippe-rochat.ch , www.relaischateaux.com/hoteldeville

TRAVEL

ローザンヌから列車で約10分。美しい葡萄畑の間にある小さなキュリー村(P36)では、数年前から10月末のハロウィン行進にあわせて「ヴァン・キュイの夜 Nuit du vin cuit」という祭りを開催している。地元で“レザネRaisinée”とも呼ばれるヴァン・キュイは、洋梨やリンゴなどでつくられることもあるが、最も高級なのは葡萄を使ったもの。伝統にならって、そのままワインにもなるムー(P9)を大鍋に入れて、薪火で一晩中かきまぜながら10分の1の量になるまで丸1日かけて煮詰めていく。完成品は村のワイン組合が運営する「カヴォー・デ・ヴィニュロン」でも販売している。どろっとした濃縮エキスを通常は1度にスプーン1杯程度しか使わないので、1瓶で数年はもつという。甘みは強いが爽やかな酸味のおかげでしつこさはないヴァン・キュイのタルトも屋台に並ぶが、地元の人にも人気の品ですぐに売り切れてしまうのでお早めに。ほかには、フリブールやレマン湖地方で中世から続くベニション(P7)の祭りなどでも特別メニューとしてヴァン・キュイを味わってみることができるだろう。



hello, salut, مرحبا, salve, hola, comdia, grüezi, こんにちは...

ジュネーヴ 人々が出会う場所



“オート・キュイジーヌ
(高級料理)”の世界で、
年々高い評価を受けている
ジュネーヴ。
そのことは数々の
有名グルメガイドでも
証明されています。

もちろんフォンデュや
ラクレットといった
チーズ料理などの郷土料理も
広く楽しめます。

そして美味しい料理に合うのは
高品質のジュネーヴ・ワインです。

スイス第3位の
ワイン生産量を誇るジュネーヴで、
美しい葡萄畑や素朴な村を訪ね、
ワイナリーで自慢のワインを
味わってみましょう。



ヨーロッパの中心、アルプスとジュラ山脈に
囲まれたレマン湖畔の街ジュネーヴ。

文化と芸術、レジャーとスポーツなど、
一年を通じて多彩な魅力に溢れています。

どんな滞在でもきっと満足できるでしょう。

ジュネーヴは皆様をお待ちしています。



Geneva Tourism
ジュネーヴ観光局
Rue du Mont-Blanc 18
P.O. Box 1602
CH - 1211 Geneva 1
Switzerland
Tel.: +41 22 909 70 00
Fax: +41 22 909 70 11
info@geneva-tourism.ch
www.geneva-tourism.ch



Visit ワインの里を訪ねる

ジュネーヴ州

Genève

INFO www.opage.chf
www.myswiss.jp/area/12/



● ジュネーヴ州の主な産地

ローヌ河右岸 Rive Droite / Mandement

Bourdigny, Chouilly, Collex-Bossy, Dardagny,
Essertunes, Peissy, Russin, Satigny

アルヴ河とローヌ河の間 Entre Arve et Rhône

Avully, Bernex, Confignon, Lully, Perly,
Sézenove, Soral

アルヴ河とレマン湖の間 Entre Arve et Lac

Anière, Chevrens, Choulex, Cologny, Gy,
Hermance, Jussy, Meinier, Presinge,
Puplinge, Vandoeuvres

● 品種 DATA

白：シャスラ、ピノ・ブラン、アリゴテ、シャルドネ、ピノ・グリ、リースリング・
シルヴァーナ（ミュラー・トゥールガウ）、ソーヴィニオン・ブラン、ゲヴェルツトラ
ミナー、ミュスカ

赤：ピノ・ノワール、ガメ、ガマレ、ガラノワール、メルロー、シラー、カベルネ・
ソーヴィニオン

AOC（産地呼称認定）：64



国際都市で知られるジュネーヴ州は生産量第3位のワイン産地。大きく分けて、マンドゥマンとも呼ばれるローヌ河右岸地区と、アルヴ河とローヌ河の間、アルヴ河とレマン湖の間の3つの地方で幅広い品種の葡萄を栽培しています。メインのシャスラ種のほか、ブルゴーニュやボルドー、ボジョレーなど国境を接するフランス由来の品種が多いのも特徴のひとつ。また研究熱心な醸造家が多く、幅広い品種やブレンドの開発にも積極的です。有機栽培の分野でも先駆的存在で、今ではスイスのオーガニックワインの半分以上がここで産出されています。

ローヌ河クルーズと
ワインの里めぐり

アルプスのローヌ氷河からローヌの谷を流れ、レマン湖に合流した後、ジュネーヴの田園地帯を抜けて、フランスへとつながるローヌ河。ジュネーヴからは、河畔に広がるローヌの森や鳥たちを眺めながらポートクルーズが楽しめます。そんなクルーズと組み合わせて、その先に続くサティニー、シュイー、ペイシー、リュッサンなどの美しいワインエリアを訪ねてみてはいかがでしょうか。とくに森の木々や葡萄畑が色づく秋にはおすすめのエクスカッションです。



Visit ワインの里を訪ねる

リュッサン Russin

INFO 標高: 約380m 言語: フランス語
www.russin.ch
www.myswiss.jp/area/12/geneve.htm
 ACCESS ジュネーヴから列車で約15分



フランスとジュネーヴを結ぶ鉄道路線から見える美しい田園風景。葡萄畑が広がる一帯はジュネーヴ屈指のワイン産地で、サティニーやリュッサン、ペイシー、シュイー、ダルダニーなど、葡萄生産農家が集まる素朴な村々が点在しています。感じの良い小さなレストランやワイナリーに立ち寄りながら、楽しい散策が楽しめるでしょう。なかでもリュッサンは毎年9月の第3週末に開催される「葡萄収穫祭 Fête des Vendanges」で有名。ワインや郷土料理の屋台が並び、楽団の演奏やにぎやかなパレードなどで小さな村が祭り一色に盛り上がります。

「ル・ヴィニョーブル・ドレ」

Le Vignoble Doré

駅から少し葡萄畑の間を上った村の中心にあるかわいいレストラン。レトロな感じのカフェやテラス席はいつも多くの人たちで賑わっている。お手頃なランチやコースメニューのほか、タルタルステーキや特製グリルで焼く肉や野菜のバーベキューなどが人気。とくにワインは充実しており、この地方のワイナリーを中心に選んだおすすめワインをお得な値段で楽しむことができる。



INFO www.vignobledore.com

「ドメン・デ・モラル」

Domaine des Molards

1352年にジュネーヴ周辺を治めていた領主がリュッサン周辺に葡萄を植えたところに端を発する由緒あるワイナリー。21代に渡り続いてきた650年の歴史と伝統を随所に感じることができる。18世紀の食堂を改修した部屋や、11000ℓの大型木樽を個室に改造した特別な空間もある。白・赤ともに幅広い品種のワインをつくっているが、桃の果汁と白ワインをブレンドした「ル・ベシェ」はとくにおすすめ。果樹園で栽培している林檎や洋梨、苺など季節の果物や自家製のジャム、シロップなども、カルージュの市場で毎週土曜に販売している。



INFO www.molards.ch

Visit ワインの里を訪ねる

ティチーノ州 Ticino

INFO www.ticinowine.ch
www.myswiss.jp/area/10/



● ティチーノ州の主な産地

ベリンゾーナ&アルト・ティチーノ（北部地方）

Bellinzona / Alto Ticino

Giornico, Malvaglia, Biasca, Bellinzona,
Giubiasco, Gudo,

ルガーノ湖地方 Lugano Lake Region

Castel San Pietro, Chiasso, Lugano, Stabio,
Morbio, Mendrisio, Lamone

マッジョーレ湖地方 Maggiore Lake Region

Ascona, Losone, Minusio, Tenero, Verscio

● 品種 DATA

白：シャルドネ、メルロー、シャスラ、ソーヴィニヨン、セミヨン

赤：メルロー、カベルネ・ソーヴィニヨン、ガマレ

AOC（産地呼称認定）：7



スイスの南部に位置するイタリア語圏のティチーノ州は、日照時間が多く温暖な気候に恵まれています。代表的な品種は生産量の8割以上を占めるメルロー種。19世紀末にフィロキセラ（寄生虫）で壊滅状態になった後にボルドーから持ってきたものですが、この地の環境や土壌に見事に適応し、今ではティチーノの名産となりました。メルローは赤ワインがメインですが、最近では上品な味わいの白ワインもつくられています。とくに有名なワインエリアはルガーノ湖の南にあたるメンドリズィオット地方。丘陵にブドウ畑が広がる田園風景とのどかな雰囲気から「スイスのトスカーナ」とも呼ばれています。

ティチーノでワインを味わう！

「リストランテRistorante」「オステリアOsteria」「トラットリーアTrattoria」「Tavernaタヴェルナ」などと呼ばれるレストランや「カンティーナCantina」というワイナリーでも地ワインを味わうことができますが、ティチーノならではのおすすめは「グロットGrotto」という小さな食堂。もともと山の洞窟を利用した天然の貯蔵庫（セラー）で簡単なつまみと一緒にワインを楽しむことから始まったもの。庭などに石のテーブルとベンチを置いたシンプルなつくりが基本ですが、素朴な郷土料理が楽しめるかわいいレストランのようなグロットもあります。



スイスの蒸留酒

Spirits

🍷 Schnaps 🍷 Eaux-de-Vie 🍷 Acquavite



スイスではさまざまな果物からつくるアルコール度数の強い蒸留酒（独シュナップス／仏オードヴィー）がポピュラーです。消化を促進するのでチーズ料理などの食後に、そのまま飲んだり、デザートシャーベットにかけたり、コーヒーに入れたりして楽しんでいます。

錬金術から うまれた 生命の水

醸造酒を蒸留しアルコール分を高めた酒（スピリッツ）。アジアではすでに紀元前からあったようですが、ヨーロッパでは中世の錬金術師たちによって偶然生み出されたもので、ラテン語の“生命の水Aqua Vitae”と名づけられました。フランスのオードヴィー、北欧のアクアヴィットも同義語です。蒸留酒造りの技法は各地に広まり、ウォッカやテキーラなど、その土地で収穫される穀類や果実などの作物で独自のスピリッツが生み出されていきました。葡萄を原料とするブランデーは16～17世紀頃、フランスのコニャック地方を中心に発展。その後、林檎や洋梨など葡萄以外の果物を使用したフルーツ・ブランデーがヨーロッパを中心につくられるようになりました。ドイツ語では、ブランデーの語源とされるプラントヴァインBranntwein（焼けるようなワイン）と呼ばますが、南部ドイツやスイスのドイツ語圏では“シュナップス”といいます。“ぱつと食いつく”という意味の単語Schnappenから派生したといわれるように、小さなグラスで一気に飲むスタイルが定番です。

フルーツ天国 スイスの シュナップス

林檎、イチゴ、ブルーベリー、桃……。各地でさまざまな果物を栽培しているフルーツ天国のスイスでは果実酒からつくる多彩なシュナップスが楽しめます。ヴァレー州の“ウィリアムス

Williams”という洋梨のお酒やアプリコットのお酒、スイス・ドイツ語で“プフリウムリpfliümüli”と呼ぶプラム（すもも）のお酒、フランボワーズ（ラズベリー）のお酒など。ジュラ地方にはかつて十字軍の騎士がダマスクスから持ち帰った種といわれる小さなプラム“ダマDamas”でつくる“ダマシンDamassine”という特別なお酒もあります。スイスを代表するシュナップスとして最も有名なのは“キルシュKirsch”というサクランボのお酒。チーズ・フォンデュの香りづけにも使われています。

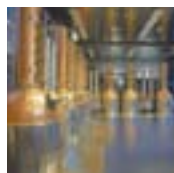


Visit 蒸留所を訪ねる

エッター・ゼーネ蒸留所

ツーク

Distillerie Etter Söhne



自分の所で収穫したサクランボを蒸留してキルシュをつくってきたエッター家。約130年前に製造・販売を始めた“エッターEtter”ブランドのキルシュは現在まで4代に渡り受け継がれている。伝統のキルシュを中心にさまざまなシュナップスをつくっているツークの蒸留所には一般にオープンしているショールームとショップもある。

アブリクール

フリイ

Apricool



近年フリイにオープンした新しい蒸留所。素材から蒸留までこだわりをもった女性生産者がつくります高品質のオードヴィーが話題を集めるブランドで、国内コンクールで数々の賞にも輝いている。とくにサイヨン産のアプリコットを使った製品が有名。ほかにヴァレー産のウィリアムス、フランボワーズ、キルシュ、ジョンシアンなど多彩なお酒がそろっている。

ACCESS チューリヒ駅から列車で約30分（Zugまで）
INFO www.etter-distillerie.ch

ACCESS ※フリイの情報はP28
INFO www.abricool.ch

蒸留酒いろいろ



オードヴィ・ド・ポワール AOC ・デュ・ヴァレー

Eaux-de-vie de poire du Valais

原料: 洋梨「ウィリアムス」Williams」

主な産地: ヴァレー州(マルティニ周辺)



アプリコティン

Aprikotine

原料: アプリコット

主な産地:
ヴァレー州(サイヨン周辺)



エンツィアンシュナップス

Enzianschnaps

ジョンシアン

Gentiane

原料: ゲンチアナの根 (学名Gentiana lutea)

主な産地: ヴォー州(ジュー谷周辺)

黄色の花をつけるリンドウ科の高山植物・の根を入れてつくる特別なお酒。生薬として胃腸薬に配合されているものと同じなので、やや独特の苦みがあるのが特徴。

*有名な青色の花のエンツィアンとは同科だが別



ラタフィア Ratafia ノチーノ Nocino

原料: 葡萄、クルミ、シナモン、クローブ

主な産地: ティチーノ州など

葡萄の絞りかす(皮や種も含む)を醸造したものを蒸留してつくる「グラッパ」Grappa/「マルマル」Marc。主にアメリカノ種の葡萄を使うティチーノ産は独特の香りと品質の良さで有名。ティチーノ州にはグラッパをベースにしたもので、修道士たちが製法を受け継いできた「ラタフィア(ノチーノ)」という秘伝のお酒がある。昔からの伝統に習い、今も毎年サン・ジョヴァンニの日(6/24)の夜に収穫するクルミを使い、シナモンやクローブなどと一緒にグラッパに入れた瓶を日なたに置いて、毎日瓶をゆらしながら約40日間寝かせる。最後に沸騰させた砂糖水を加えて濾過したら完成。基本は決まっているものの、各家庭で味がアレンジされて代々つづられているのでレシピは多数のバリエーションがある。



キルシュ

Kirsch (Kirschwasser)

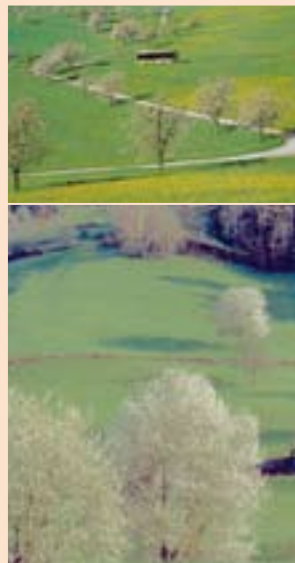
原料: サクランボ

主な産地: 中央スイス地方、バーゼル地方、
アールガウ州など

キルシュの里を訪ねる

国民一人あたり約2kgを消費するほどのサクランボ好きのスイス人。観賞用の桜の木が主流の日本とは違い、スイスはサクランボ栽培用の桜の木が多く、その数を国民一人あたりに換算すると世界トップクラスといわれています。歴史も古く、湖水地方の遺跡から大量の種が発掘されたことから、紀元前からサクランボを栽培していたと考えられているほど。現在では約500品種のサクランボが各地で栽培されており、主な産地は、生産量の半分以上を占める北東部(バーゼル州、ソロトゥルン州)と、収穫したサクランボのほとんどを蒸留酒のキルシュづくりに使う中央スイス地方(ルツェルン州、ツーク州、シュヴィーツ州)。中でもキルシュの伝統を訪ねることができるルツェルンからツーク湖を通り、リギ山の麓アルト・ゴルダウまでつづく道は『キルシュ街道 Kirschstrasse』と呼ばれています。桜の開花時(4月中旬から5月初旬)、サクランボの収穫時(7月初旬から8月初旬)、キルシュづくり(9月初旬から10月下旬)はおすすめのシーズン。リギ山に上る登山鉄道があるアルト・ゴルダウに近いオーバーアルトOberarthからはサクランボ園を歩く約1時間30分のハイキングが楽しめます。団体なら農園でのキルシュづくり体験や工場見学(ガイドツアー)などもアレンジ可能です。

INFO | www.kirschstrasse.ch



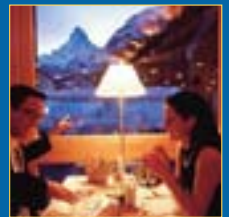
MINOTEL

Hotels Worldwide



Real Switzerland with Minotel

ミノテルにあなたの旅をおまかせください。快適な部屋と親切なサービスは、旅を楽しむキーポイントです。『ミノテル』チェーンには、グリンデルワルト、インターラーケン、サンモリッツ、ツェルマットなどの有名な山岳リゾートからチューリヒやジュネーヴなどの都市まで、スイス各地に約100軒の中規模クラスのホテルがそろっています。



ご予約は下記まで：

- JHC ホテルクーポン 0120-505489
- アップルワールド 03-3980-7160
- www.minotel.com

伝説の禁酒 アブサンのふるさと

緑の妖精“Feé Verte”と呼ばれたアブサンAbsinthe*。同じ名前の植物（和名ニガヨモギ）やミントなどを混ぜたハーブを抽出した強い蒸留酒で、もともとはスイスのトラヴェール谷で生まれたもの。インスピレーションを与える“詩人の酒”ともいわれ、19世紀のフランスのカフェで人気商品となり、ゴッホ、ゴーガン、ドガ、ロートレック、ピカソ、ボードレール、ヴェルレーヌ、ランボーなど、多くの芸術家に愛された話はあまりにも有名。そんな数々の伝説を残しながら20世紀初頭に禁止となった幻の酒が、100年の時をこえて現在によみがえっている。

*アブサント（伝説で最後のTは有聲だが弱く発音）。日本ではアブサンという名前が一般的。

TRAVEL

ヌーシャテルからローカル線に乗って約20分。湖畔の美しい葡萄畑から離れ、フランスと国境を接するジュラ山脈の方へ入っていくと、美しい緑と小川が印象的なトラヴェール谷に到着する。この谷の真ん中に位置するモティエMôtierは、かつてジャン・ジャック・ルソーが滞留した村で、彼が暮らした邸宅は現在ルソー記念館になっている。同じ建物内にある郷土博物館には、アブサン資料室があり、カフェのテーブルや、凝ったデザインの水差しやポット、美しいアブサン用のスプーン、レトロなポスターやパネル、ポトル、密造用の隠し部屋など、貴重な資料の数々を見ることができる。隣町のボヴレス Boveresseにもアブサンの乾燥小屋だった古い納屋があり、工場で使っていた機械などを展示している。近年、この谷でのアブサン生産も小規模だが復活しており、ノワレーグ Noiraigueの駅にある観光物産コーナーでもアブサンやアブサン入りのチョコレートなどを販売している。他では入手できない特別なお土産になるだろう。数年前から毎年アブサン祭りが開催され、谷を結んで蒸気機関車の特別運行もスタート。“緑の妖精”をマスコットにしているトラヴェール谷観光局でも貴重なアブサンの伝統と文化を守っていくためにさまざまな企画を計画中とのこと。幻の酒の伝説が眠る谷をのんびりと訪ねる旅。次回はまた新たな楽しみが増えているかもしれない。

INFO | www.valdetravers.ch/

グラスの上に特別な穴あきスプーンを置き、角砂糖をのせて上から水を注いで飲むのが定番スタイル。水を入れると透明の酒は白濁した色にかわるが、ハーブの配合によって黄色や緑色を帯びた色のものもあったという。

HISTORY



アブサンは胃や腸に効く薬草として歴史は古いが、蒸留酒としては18世紀半ばに登場した。アブサンを入れたワインの方が先にあり、ヌーシャテル州でも1737年にワイン、1769年に蒸留酒としてアブサンが飲まれていた記録がある。おなじみのアブサンの起源としては諸説あるが、トラヴェール谷のクヴェCouvétに住むアンリエット・アンリオがつくり販売したものが始まりという説が有力[※]。その製法を受け継いだアンリ・デュビエと息子たちがクヴェに蒸留所を設立したことで、アブサンは商品として広く流通するようになり産業に発展していった。とくにフランスでの大ヒットを受けて、関税対策のため娘婿だったアンリ・ルイ・ペルノ[※]が国境そばのポンタルリエPontarlier（仏）に工場を建て、さらなる成功をおさめていった。しかし殺人事件などをきっかけに禁酒運動が起り、スイスで1908年に禁酒法が交付され1910年に施行。続いてフランスや欧米諸国でも禁止され、伝説の酒は市場から消えていった。それから1世紀が過ぎ、科学的見地から禁止する必要がないことが証明されたため、各国で禁酒法が解除され、スイスでも国民投票を経て、2005年にアブサンは正式に合法化された。

[※]オルディネール医師がレシピを確立したという説が長年の主流だったが、近年では誤認と考えられている

[※]禁酒法以後、アブサンの代用品としてフランスで愛飲されてきたアニスのお酒「バステイス」の有名ブランド「ペルノ Pernod」のルーツ

スイスのビール

Beer

独 Bier 仏 Bière 国 Birra



スイスとビールの歴史

シュメール人が放置した麦の粥に酵母が入り自然発酵して偶然できたというビール。バビロニアからエジプトに渡った製法は、ローマを経由してスイスをはじめヨーロッパ中に広まってきました。中世にはハーブや醸造の優れた知識を活かして味や品質を向上させた修道院が主役になります。ザンクトガレン修道院に残る9世紀の設計図にも修道士、巡礼者、客人用のビール醸造所が記されています。15世紀に入ると領主が地域ごとにビール製造を管理する時代へかわり、17世紀にベルン州で初めて職業としてビール醸造が認可。それから蒸気機関車や冷却機などの発明とともに、工場で大量生産する現代のような形へと発展していったのです。



ビール好きのスイス人

スイスとビール。あまりピンときませんが、国民一人あたり年間57.3ℓのビールを消費しており、一人あたり51.3ℓの日本人より多いスイス人はビール好きの国民です。ビールで有名なドイツやオーストリアに隣接し、歴史的にも影響を受けていることを考えれば当然のことかもしれません。現在、スイス各地に大小さまざまな醸造所があり、全消費量の85%にあたる3億560万ℓを生産しています。旅行中にはぜひ数種類のビールを味わってみましょう。清らかな空気の中、絶景を眺めながら楽しむビールの味は格別です。



種類もいろいろ スイスビール

麦などの穀類と水、ホップ、酵母という材料や製造方法の基本はほとんど変わらないビールだが、醸造所ごとに工夫をこらして、多様な味や香りの違いを生み出しています。現在、スイスの北にあるバイエルン地方で発展したラガービールが世界の主流。独語で貯蔵 (Lager) を意味するその名の通り、低温の貯蔵庫で長時間かけて発酵してつくられている。ほかにも短期間で発酵させる「アルト」「ヴァイツェン」などのエールビール (上面発酵) やトウモロコシや米でつくる個性的なビールも製造していますが、やはりスイスでもラガービールが全体の70%以上を占めています。



19世紀末には530カ所あった醸造所は次第に合併していき、現在は135カ所ほどになりましたが、小規模で個性的な醸造所も新しく誕生しています。また、近年、ハイネケンやカールスバーグなどの巨大グループに吸収されたメーカーでも伝統のブランド名と商品は健在。各地のレストランなどで地域を代表するようなビールに出会えるでしょう。

VISIT

アルテス・トラムデポ

ベルン

Altes Tramdepot



ベルン旧市街(世界遺産)のニーデッガー橋横にあるビアレストラン。地下の醸造所で作る地ビールが楽しめる。その名の通り、昔のトラム(市電)停車場を改装してつくられた建物には、観光案内所や「ベルンショー」というCG映像や模型などを駆使しベルンの歴史を紹介するプログラム(無料)も併設。

OPEN 11:00～00:30(夏季は10:00～)

ACCESS ベルン駅からトラムで約10分。または徒歩約20分

INFO www.altestramdepot.ch

ビアビジョン・モンシュタイン

ダヴォス郊外

Bier Vision Monstein



素朴な山小屋が点在するモンシュタイン村(標高1625m)にあるヨーロッパ最高所のビール醸造所。約100年前からあったチーズ工房を改修した建物で、アルプスの水、スイスのホップ、香り高いモルツを使ってつくるのは自然の濁りが残るツヴィッケルビール。濾過せずにしぼり立てを飲むため栄養価も高い。工房での直売や見学・試飲のほか、ビアセミナーや特別体験などの企画もあり。

OPEN 金曜日16:00～19:00

ACCESS ダヴォス・プラッツ駅からバスまたは列車で12分

INFO www.biervision-monstein.ch

ミュゼ・カルディナル

フリブール

Musée Cardinal



“カルディナル”ブランドの故郷フリブールにあるビール博物館。昔から現在までのビール醸造や、カルディナルの歴史を感じる貴重な資料などを展示。レトロなビストロではビールを味わうこともできる。

OPEN 金曜日16:00～19:00

ACCESS フリブール駅から徒歩約10分

INFO www.cardinal.ch

フェルドシュレスヘン

ラインフェルデン

Feldschlösschen



古城のように美しい建物はスイスを代表するビールの醸造所。15～30人の団体なら、約2時間の見学ツアー(試飲あり)に参加して、ビールづくりの歴史を体験することができる。

※15人以上の団体から参加できる見学ツアーは要予約

TOUR 月曜～金曜 9:15/9:45/13:45/14:30

ACCESS ラインフェルデン駅から徒歩約10分

INFO www.feldschloesschen.ch

アルプスに咲く サフランの花

14世紀にスイスに入ってきたサフラン。各地で栽培が始まったが、ほとんどが根付くことがなく消えていった。その中で唯一栽培に成功し、現在までサフランの生産を続けている所がひとつだけある。“ユングフラウ＝アレッチ＝ピエツホルン地域”としてユネスコの世界自然遺産に認定されている小さな山村だ。そんな神秘的なサフランの里、ムンドを訪ねてみよう。

TRAVEL

ブリークからバスで山道を上っていくこと約20分。アルプスの山々が一望できる急な斜面に、紫色のかわいらしい花が咲いている。黄色というイメージをもっていたが、実は使用されるのは赤いめしべの部分で、それを乾燥させたものを水に溶かすと鮮やかな黄色になる。南向きで厳しく照りつける太陽の熱と標高1200mの寒さ、という特殊な気象条件がサフランに適していたのだと考えられている。10月中旬から11月中旬の開花シーズンになると、区分けされた斜面に村人たちがやってきて手で花を摘んでいく。理由はわからないが咲く花の数にはムラがあり、あたり年やはずれ年があるそう。花をとった後は家に持ち帰って、丁寧にめしべをとっていく作業が待っている。かなり細かい仕事だがg単位で高値がつく貴重な品だけに無駄にはできない。かご一杯の花を取ってきてめしべにするとほんのわずか。それを風通しのよい日陰で乾燥させれば完成だ。1個の花には3本のめしべがあり、1gの香辛料に換算すると約180個の花が必要になるという。年間で約3kgと生産量は少ないが、他の産地に比べて香りや色が強いと「ムンダー・サフランMunder Safran (AOC)」の評価は高い。村にあるレストランで、サフランのバスタやリゾットなどの料理を味わうことができる。小さな蒸留所ではサフラン・リカー

もつくられている。さらに村の上にある山小屋レストラン「ザルヴァルト Salwald」でもサフランのチーズやアイス、パンなどが楽しめるので、ハイキングがてら足をのばしてみてもよいだろう。途中で、この地方にしかないと言われている白黒ヤギにも出会えるかもしれない。

MEMO

地中海沿岸を原産とするサフランはアヤメ科の多年草。花のめしべの部分だけを取り出し乾燥させて香辛料として使う。その希少性とあざやかな黄色に染まることから、昔からよく黄金に例えられる。また薬効の効果もあり生薬としても珍重されている。主な原産地はイランとスペイン。スイスは栽培地としてかなり北限に近い場所になる。



Partners.

MySwitzerland.com/sponsors

Recommended by Switzerland Tourism.

Main Partners.



Train travel.

www.rail.ch



Swiss
International
Air Lines

Air travel.

www.swiss.com



Swiss Cheese Specialities.

www.switzerland-cheese.com

Zurich Airport

Gateway to the Alps.

www.zurich-airport.com



Telecommunications.

www.swisscom.com



Bus travel, stamps, parcel post.

www.swisspost.ch



Car rental.

www.europcar.ch

BUCHERER

1888

Watches and jewellery.

www.bucherer.com

Official Partners.



www.swiss-hotels.com



www.globalrefund.com



www.victorinox.com



Swiss Deluxe Hotels
www.swissdeluxe-hotels.com



www.swisstravelcenter.ch



www.swissmint.ch



www.moevenpick.com



www.topevents.ch

乗継がより簡単に分かりやすく

チューリッヒ空港は短距離路線、長距離路線により使用するターミナルが分かれている為、乗継がわかりやすく簡単。短時間での乗継も可能にします。

コンパクトなチューリッヒ空港なら迷うこともなく、乗継の煩わしさからも解消されます。

ご予約・お問合せはフリーダイヤル0120-667788または日本語サイトwww.swiss-japan.co.jpへ