

アバの世界をモツと知って 奥深い肉料理を味わおう

アバって何？と聞かれて、スウェーデンのポップグループじゃないのと答えたあなた、相当のおじさんですぞ。いま話題になっているアバとは、フランス語 (abats) で食用動物の副生物を指す。つまり、モツのことである。

肉食の歴史の浅い日本では焼きとり屋や焼き肉屋のメニュー以外にお目にかかることは少ないが、欧米では実によく食べられる。一頭から一つしか取れない食材もあるので、肉よりも貴重なごちそう扱われることもしばしばである。

その範囲は日本人が考えるモツよりはるかに広く、肉を除いた部分のうち、骨以外の心臓、肝臓、肺臓、腎臓、脾臓、食道、乳房、胃、脚部、鼻、舌など、まさに丸ごと一頭が含まれる。フランス料理の世界では、さらに次の二つに大きく分けられる。

アバ・ブラン (白い内臓) といい、通常ゆでて売られる、胃、脚部、乳房、食道など。

もう一つはアバ・ルージュ (赤い内臓) といい、生で売られることの多い、心臓、肝臓、腎臓、舌、鼻などである。

なお羊の内臓は個別に料理されないのが、アバ・ルージュ、アバ・ブランなどと分けられることがなく、一括してフレッシュールという。

アバ料理は今でこそレストランのメニューに数多く取り入れられているが、もともとは地方の家庭料理として伝えられてきたものが多い。

それは、保存食品に頼っていた時代、新鮮なものしか食べられないアバは、ハレの日の特別料理だったのだ。そこからさまざまなバリエーションが生まれて、現在のすばらしいアバ料理へとつながっている。

ビタミンA・B類、ミネラル類、良質なたんぱく質を多く含むアバは、日本では幸いなことに価格も安い。もっとこの味を楽しみたいものだ。

