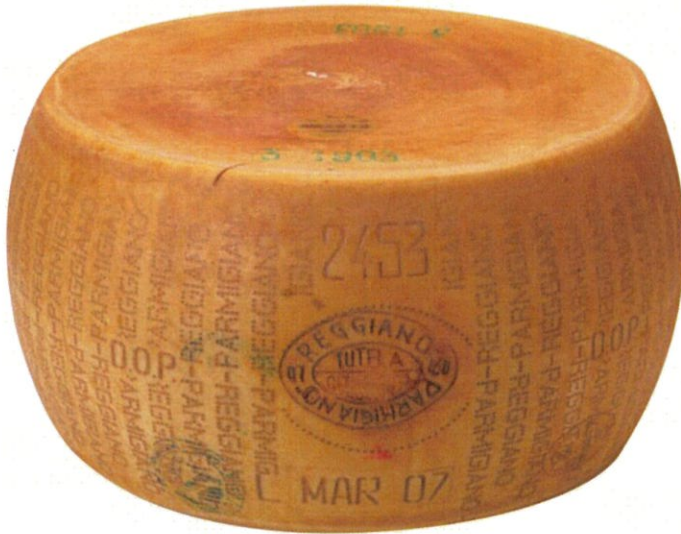


チーズ図鑑



アンブロジー パルミジャーノ レッジャーノ
AMBROSI PARMIGIANO REGGIANO



外観: 表皮は茶褐色で厚く堅い。品名が刻印されている。直径約 35cm、高さ 23cm の円筒形

中身: 薄茶に近いクリーム色。組織はざらついでいて、アミノ酸の結晶が点在している

食べ頃: 最低12ヶ月以上の熟成が必要。熟成が進むほど組織がしっかりし、風味も味わいも深みが増す

味わい: ミルクの豊かな香りとコク、熟成により凝縮された旨味を味わえる

食べ方: 粉末にしてピザ、スパゲティ、グラタンなどにふりかけたり、粗く削ってサラダのトッピングにも。サイコロ状にカットしてそのまま食べればワインとの相性も抜群

栄養成分値 (/100g)		炭水化物	0g
熱量	388kcal	脂質	28.4g
たんぱく質	33.0g	ナトリウム	890mg



DOP(原産地呼称制度)によりパルミジャーノ・レッジャーノはポー川右岸に位置するパルマ、レッジョ・エミリア、モデナ、ボローニャ、ポー川左岸のマントーバの5地域に生産地が限定されています。製造は1日に1回のみ、前日の夕方に搾った牛乳を一晩置いて、上層に浮いたクリームを除いた乳(脱脂乳)と当日の朝に搾った牛乳とを混合した乳から作られます。熟成に入って最初の半年間は反転をくり返し、1年以上の熟成をさせたものだけがパルミジャーノ・レッジャーノを名乗ることができます。この際、中身の仕上がり具合を検査するために専門家は小さいハンマーで

外皮を叩いて検査を行います。熟成により生み出されるパルミジャーノ・レッジャーノ独特のアミノ酸の旨味とコクのある味わいはこのような伝統的な製法により維持されているのです。また、パルミジャーノ・レッジャーノは栄養も凝縮され、特にカルシウムは100グラムあたり1300ミリグラムとゴーダチーズやエダムチーズなどと比較しても2倍程多く含まれています。イタリアでは外側の硬い部分を乳幼児の歯固めとしておしゃぶりにさせるほどパルミジャーノ・レッジャーノが庶民の生活になくてはならないものになっています。

