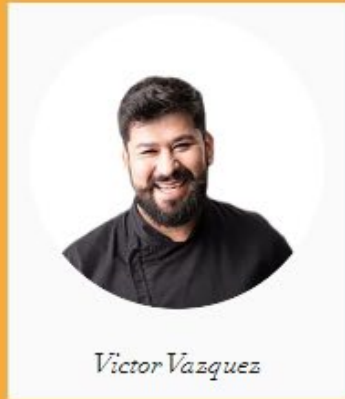


# メキシコ料理の第一歩!

食材や歴史について、  
エキスパートから  
楽しく学ぼう♪



*Victor Vazquez*

第三回目のイベント  
オンラインセミナー  
9月28日 (月)  
22:00HRS  
(日本時間)

「チリ (唐辛子)」と  
「ソース」



*Aaron Vera*





# 本日のメニュー

- 『サルサ・タテマダ』 Salsa Tatemada
- 『サルサ・ボラチャ(酔っ払いサルサ)』  
Salsa Borracha
- 『サルサ・ベルデ』 Salsa Verde
- 『サルサ・マチャ(男前のサルサ)』  
Salsa Macha
- 『サルサ・デ・アバネロ(アバネロ唐辛子のサルサ)』 Salsa de Habanero





ビクトル・バズケズ

Victor Vazquez

1984年06月14日生まれ  
+O型

二人兄弟の次男。

17才からシェフになりたくて、

フランス、イタリア、アジア料理の勉強を  
始めました。

2015年4月に当時の在日メキシコ大使  
（カルロス・アルマダ大使）からご招待が  
あり、2019年9月まで在日メキシコ大使館の  
総料理長に任命。メキシコ大使館で開催の  
食品のイベントを開催にて1250名の料理を  
担当。

2019年日本で日本の方と結婚。

現在、東京都港区の現代メキシカン料理店 「カボ  
ス」 及び「シエリト」の料理長を務めています。





「チレ」と呼ばれるトウガラシのことです。

日本では「チリ」っていいますね。

# チレ(ス) (唐辛子)





- |              |                 |                  |                    |               |
|--------------|-----------------|------------------|--------------------|---------------|
| 1 Amarillo   | 13 Copi         | 25 Gallo-Gallina | 37 Miraparriba     | 49 Rayado     |
| 2 Achilito   | 14 Cora         | 26 Garbanzo      | 38 Mirasol         | 50 Serrano    |
| 3 Ancho      | 15 Costeño      | 27 Gordo         | 39 Mulato          | 51 Simojovel  |
| 4 Apaxtleco  | 16 Coxle        | 28 Guajillo      | 40 Nanche          | 52 Shirunduu  |
| 5 Blanco     | 17 de Agua      | 29 Habanero      | 41 Ojo de Cangrejo | 53 Shuladi    |
| 6 Bolita     | 18 de Arbol     | 30 Huacle        | 42 Parado          | 54 Soledad    |
| 7 C. Arbol   | 19 de Chorro    | 31 Jalapeño      | 43 Pasilla         | 55 Solterito  |
| 8 C. Morelos | 20 de Monte     | 32 Lajoyero      | 44 Pasilla Oaxaca  | 56 Soltero    |
| 9 Cascabel   | 21 de Onza      | 33 Loco          | 45 Pico Paloma     | 57 Sucurre    |
| 10 Chawa     | 22 Dulce        | 34 Manzano       | 46 Pico de Paloma  | 58 Tabaquero  |
| 11 Chilpaya  | 23 Dulce Blanco | 35 Miahuateco    | 47 Piquín          | 59 Taviche    |
| 12 Chocolate | 24 Escuchito    | 36 Mirador       | 48 Puya            | 60 Tecomatán  |
|              |                 |                  |                    | 61 Tecpin     |
|              |                 |                  |                    | 62 Tusta      |
|              |                 |                  |                    | 63 Xcat'ik    |
|              |                 |                  |                    | 64 Zacapaleño |

El chile pertenece al género *Capsicum*, dentro del cual cinco especies son cultivadas y alrededor de 25 son semicultivadas y silvestres. De éstas, *Capsicum annuum* L. es la especie más importante en el mundo y la mayor diversidad se encuentra en México por ser su centro de domesticación. Como se puede apreciar en el mapa al menos 64 tipos diferentes de chile se reportan en el país, los más importantes son Serrano, Jalapeño, Guajillo y Ancho, cultivados principalmente en el centro y norte del país. Otros de importancia intermedia son Pasilla, Habanero, de Árbol y Manzano. De menor importancia económica, pero que representan la mayor diversidad, se encuentran el resto



# 『サルサ・タテマダ』

## Salsa Tatemada

焦がしたサルサは、メキシコではサルサ・タテマダとも呼ばれています。

焦がした唐辛子、トマト、玉ねぎ、ニンニクなどをすり鉢と杵に入れ、モルカジェーテと呼ばれる器具で混ぜ合わせたもので、スモーキーなメキシコのソースです。焦げた野菜の深い味わいを生かしたサルサの一種で、調理中にキャラメル化されているので、熱さを和らげるために甘みを感じることができます。

材料は高温のコマル(フライパン)を使って調理されます。コマルは、食材を焦がしたり、トーストしたり、トルティーヤを焼いたりするのに使われ、コンロで加熱することもできます。平らなグリルパンを使用することもできます。

(タテマダ・ソース)サルサ・タテマダは、スモーキーなグリル調理をした材料と共に楽しめるサルサであるため、ウイスキーのようなテイストまで持ち、スモーキーさは特に赤肉料理などと相性の良いソースです。お好みのタコスと共に楽しめます。

材料：





# 『サルサ・タテマダ』 Salsa Tatemada

- 青唐辛子(また、赤い唐辛子) 5個
- トマト 3個
- にんにく 1片
- 玉ねぎ ¼ 個
- 塩 小さじ1





# 『サルサ・ボラチャ』

## Salsa Borracha

サルサ・ボラーチャは、パンでローストした乾燥唐辛子（パシジャという乾燥唐辛子種が一般的です）、トマト、タマネギ、ニンニク、新鮮な唐辛子（常温のハラペーニョ唐辛子など）、そしてお好みのアルコール（ビール、テキーラなど）で作った濃厚なピューレのような食感のソースであります。

このソースは伝統的にバルバッコア（ラム、ヤギ、ポーク、ビーフを煮込んだもの）と一緒に食べますが、何にでも合わせられるサルサです。乾燥でさらに黒くなったパシジャ・チリを使用すると、サルサの色もさらに濃くなります。

材料：





# 『サルサ・ボラチャ』 Salsa Borracha

- アンチョまたはパシジャ唐辛子 5個
- 玉ねぎ ¼ 個
- にんにく 1片
- トマト 5個
- お好みのビール100 ml
- フレーシュチーズ 80 gm
- 植物油 適量
- 小塩 適量
- 塩 小さじ1





# 『サルサ・ベルデ』

## Salsa Verde

本場メキシコの「サルサ・ベルデ」、グリーンソースのサルサは、基本的にトマティージョ(グリーントマト)、セルラーノチリ(ピーマン)、コリアンダー、ニンニク、タマネギを使って作ります。

さらに美味しくするために、ローストしたトマティージョ、チリペッパー、ライムジュース、コリアンダー、玉ねぎを入れて作るのがメキシコの定番の作り方です。同じ種ですがトマティージョは一般的なトマトと比べると味は大きく違います。

より本格的で風味豊かなソースにするためには、ハーブを手で刻むことをお勧めします。

このサルサ・ベルデのレシピは冷凍に適していて、解凍していつでも使うことができます。タコスに最適ですが、その他にもエンチラーダ、チラキレス・ベルデス、チチャロン・エン・サルサ・ベルデ、エントマタド・デ・プエルコ、サルサ・ベルデのチキン・タマーレスなど、にもおすすめです。

材料：





# 『サルサ・ベルデ』 Salsa Verde

- トマトペースト 10個
- 青唐辛子 3-4個
- 玉ねぎ ¼ 個
- コリアンダー お好みで
- 塩 小さじ1





# 『サルサ・マチャ』

## Salsa Macha

サルサ・マチャは、非常に濃厚で、メキシコ湾岸に沿って位置し何世紀にもわたり世界中から移民を受け入れていたベラクルス州だからこそ生まれたサルサです。

サルサ・マチャは、トーストした乾燥唐辛子、ニンニク、ピーナッツなどのナッツ種、ゴマなどの菜種を油で炒めたクリスピーな食感のある万能ソースです。

肉や豆腐のマリネ、スープや卵、ローストした野菜の味付け、タコスやグリルした肉の調味料など様々な使い方があります。

乾燥したチポツル(モリタ種)の唐辛子をオリーブオイルで炒め、ニンニクを加えて作ります(オリーブオイルとニンニクはスペイン食文化の影響であるものには間違いありません)。その後塩で味付けをします。作り方によっては、セラーノやハラペーニョなどの新鮮な唐辛子を加えることもあります。さらにピーナッツやゴマを加えることもあります。

オリーブオイルを使っているので、数分間休ませるとチリペーストが底に沈んでしまいます。よく混ぜ合わせて食べるもよし、沈殿させていたまま香味油として食べるもよし、どちらも楽しめるソースです。

「マチャ」という名前は、私たちがよく知る「マッコ」という単語の女性名詞で、男前の女性サルサというふうに面白く訳すことができます。マチャには勇敢という意味もあります。

材料：





# 『サルサ・マチャ』 Salsa Macha

- オリーブオイル 1/2カップ
- アンチョ唐辛子2個。
- モリタ唐辛子 1個
- アルボル唐辛子(鷹の爪唐辛子) 15個
- 白(黒)ごま 大さじ2
- (皮付き)にんにく 4片
- 塩 小さじ1





# 『サルサ・デ・アバネロ(アバネロ唐辛子のサルサ)』 Salsa de Habanero

ハバネロは唐辛子の中でも一番辛い種です。未熟なハバネロは緑色をしており、成熟すると色が変わります。最も一般的な色はオレンジと赤ですが、白、茶、黄、緑、紫などの色もあります。ハバネロのチリは非常に辛度が高く、スコヴィル(辛味の世界的単位)で10万~35万と評価されています(日本の唐辛子評価は)。ハバネロが持つ辛さ、風味、花のような香りは、ホットソースとしてスパイシー料理によく使われます。マンゴーやパイナップルなどのフルーツを加えると、辛さを抑えフルーティーなソースになります。

スパイシーハバネロホットソースの基本的な材料は、玉ねぎ、にんにく、ライム、ハバネロ唐辛子、塩といった5つのシンプルなものばかりです。辛さの中にもコクを感じさせるクリーミーな風味もあり、タコスやブリトー、ナチョスなどのトッピングに最適です。

このハバネロソースはどんな料理のお供にもぴったりですが、とても辛くなるので量には充分に気をつけなければなりません。

材料：





# 『サルサ・デ・アバネロ(アバネロ唐辛子のサルサ)』 Salsa de Habanero

- ハバネロ唐辛子 100 gm
- (リンゴ・穀物)酢100ml
- ニンニク2片
- 玉ねぎ ¼ 個
- 塩 小さじ1
- 植物油 適量
- 水1/2カップ





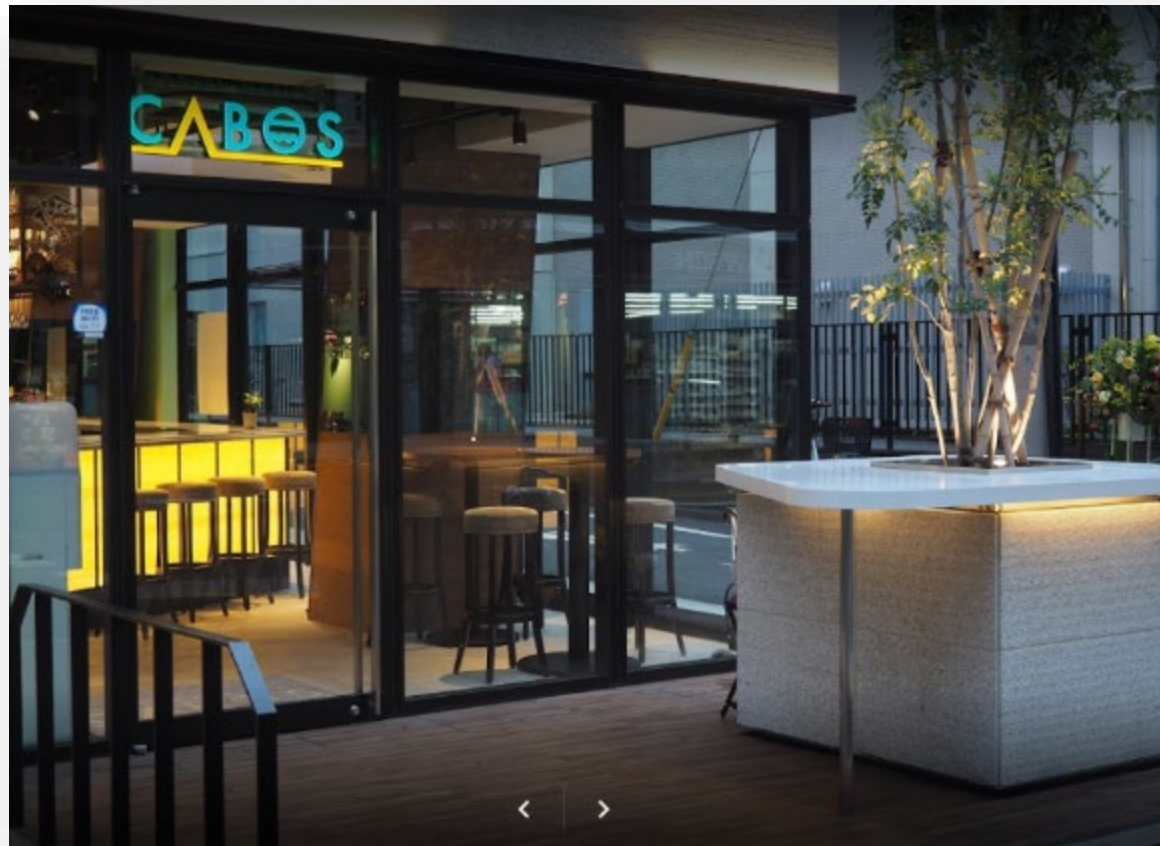


# MODERN MEXICAN CABOS

## モダン メキシカン カボス



で、お待ちしております！



## モダン メキシカン 「カボス」

東京都港区芝5丁目9-8 Gems田町 1F

TEL ☎ 050-3627-7390

<https://cabos.favy.jp/notices>

[https://www.instagram.com/tacos\\_cabos](https://www.instagram.com/tacos_cabos)

<https://www.facebook.com/Modern.Mexican.CABOS/>





# CIELITO LINDO BAR AND GRILL

## シエリト リンド



で、お待ちしております！



## モダン メキシカン 「シエリト リンド」

東京都港区海岸1-7-1 3F

東京ポートシティ竹芝 ポートホール

TEL ☎ 050-3138-3757

[https://www.instagram.com/cielito\\_official/](https://www.instagram.com/cielito_official/)

<https://www.facebook.com/cielito0914>





<https://bit.ly/2DVEOco>

## 日本における、 メキシコ料理店 2020年9月版



## メキシコ料理の第一歩!

食材や歴史について、  
エキスパートから  
楽しく学ぼう♪



*Victor Vazquez*

*¡Muchas gracias  
por su atención!*

ご清聴ありがとう  
ございました!



*Aaron Vera*

