

報道関係者各位

2023年8月3日
トルコ共和国大使館 文化観光局

トルコの夏のフレッシュな味をご紹介します
“インターナショナル・イスタンブル・ガストロノミー・
フェスティバル”も年内開催予定！



ヤーティチョーク

地中海の中心に位置するトルコは、何世紀にもわたる長い歴史が形作った食文化によって、唯一無二の美食を世界から訪れる多くの人々に提供しています。オリーブオイルや野菜、地元のハーブ、近海で獲れる魚介類を使った軽めのレシピなど、この季節にぴったりなヘルシーでおいしい夏の味をご紹介します。

オリーブオイルとハーブ：トルコの夏の食卓の2大スター

トルコに滞在中、ヘルシーな料理を食べたいときは、健康に良いオリーブオイルがふんだんに使用された料理がぴったりです。オリーブオイル料理は、レストランでは小皿に盛られた前菜として、家庭ではメインディッシュとして食べられています。トルコ全土で調理され、前菜として親しまれているインゲンのオリーブオイル和えは、夏には家庭でメインディッシュとして提供されます。また、サルマやドルマといった代表的なトルコ料理も、夏場は肉の使用量を減らしたり、肉抜きで調理されることもあり、軽くてヘルシーな夏仕様になります。

さらに、トルコではその地方特有のハーブがあり、新鮮なハーブとオリーブオイルやビネガー、レモンをたっぷり使ったサラダが毎食食卓に並びます。例えば、トルコの地中海の真珠と呼ばれるイズミルでは、アザミやサムファイアといったハーブを味わうことができます。一方、エーゲ海沿岸では、アーティチョークやズッキーニの花などの地方野菜をこの地方特有のハーブとして楽しめます。



オリーブの塩漬け

トルコ地中海沿岸の美味しいレシピ

トルコの地中海沿岸は、その快適な気候、素晴らしい景観、ヘルシーな料理に加え、オーガニック・オリーブオイルを使った豊富な野菜料理が夏の人気料理です。乾燥豆とタヒニ、玉ねぎ、トマトが絶妙に組み合わせられたターヒンリ・ピヤズは、トルコの地中海沿岸を訪れた食通の方に是非試していただきたい1品で、暑い夏の日々のメインディッシュの代わりにもなります。また、世界で最もおいしいオレンジのひとつとして知られるフィニケオレンジジュースは、暑い夏の日々のリフレッシュにぴったりです。



ターヒンリ・ピヤズ

アナトリアの夏の風物詩

トルコの夏の食事は、エーゲ海や地中海の味だけではありません。夏の風物詩であるアイラン・アシュ（小麦とひよこ豆の冷たいヨーグルトスープ）は、東アナトリアの最も有名な郷土料理のひとつで、様々な穀物や種子を使って調理されたスープを楽しめます。また、ヤギのミルクとカフラマンマラシュに自生するランの根で作られたマラシュ・アイスクリーム（ドンドウルマ）も爽やかな味で、暑い夏の日々にぴったりです。



アイラン・アシュ

新鮮な魚と美味しいワイン

3つの海に囲まれたトルコでは、旬の魚介類が豊富で、トルコ料理には欠かせない味覚のひとつです。煮たり焼いたりして調理されるのが一般的ですが、野菜と一緒に蒸してヘルシーに食べることもあり、トルコの夏のメニューには、美味しい魚が沢山あります。また、ボルノヴァ・ミスケティ、エミール、ナリンジェなど、トルコの土地特有のブドウから造られる白ワインは、シーフード、オリーブオイル、新鮮な夏のフルーツと相性が良く、より料理の味を引き立ててくれます。



新鮮な魚介類

昨年 10 月に、初のミシュランガイド・イスタンブル版が発刊され、2024 年版に新たにイズミルとボドルムも加わることとなり、今トルコはフードシーンに大きな盛り上がりを見せています。

このトルコ料理の腕を競う大会、“インターナショナル・イスタンブル・ガストロノミー・フェスティバル”（トルコ料理人連合会（TASFED）主催）が 2023 年 12 月 22 日（金）から 12 月 24 日（日）までトゥズラ・マリーナで開催予定です。

イスタンブルで開催される同フェスティバルには、腕に自信のあるシェフが世界中から数多く集まることで知られています。

“インターナショナル・イスタンブル・ガストロノミー・フェスティバル”：

<https://istanbulgastronomifestival.com/en/ana-sayfa-english>

トルコについて

地中海沿岸に位置し、有名なボスポラス海峡が隔てるアジアとヨーロッパを結ぶトルコは、何世紀にもわたり文化的な交流と多様性の拠点と考えられてきました。多様な文明が反映された歴史、遺跡、自然や美食を有し、多目的なデスティネーションです。伝統とモダンが融合した芸術やファッションをはじめ、ダイナミックなショッピングやエンターテインメントライフによって世界中から訪れる人々を魅了し続けています。2022 年には全世界から約 5,140 万人の訪問者を迎え、世界第 3 位の観光市場となっています。2023 年はトルコ共和国として建国 100 周年の年です。

トルコの詳細は公式ウェブサイト (<https://goturkiye.jp/>) または以下の SNS をご覧ください。

Facebook: <https://www.facebook.com/GoTurkiye.jp>

Twitter: https://twitter.com/GoTurkiye_jp

Instagram: https://www.instagram.com/goturkiye_jp/

YouTube: <https://www.youtube.com/c/tourismturkeyjp>

トルコ観光広報・開発庁（TGA）について

トルコ観光広報・開発庁（TGA）は、国内外の観光市場においてのトルコのブランディングを確立させ、観光やビジネスにとってよい渡航地としての認知を高めるため、文化観光省が定めた観光戦略や政策に基づき、あらゆるプロモーション、マーケティング、コミュニケーション活動を行っています。世界各地の現在の観光機会を促進・販売するとともに、観光の潜在的分野を発見・改善・確立していきます。

<本リリースに関するお問い合わせ>

トルコ共和国大使館 文化観光局 広報代理店

キャンドルウィック株式会社（担当：新村）

Tel: 03-6261-6050 Fax: 03-6261-6051 Email: t-turkiye@candlewick.co.jp