

フィーカの思い出。

[ダーグさん]



「私が育った家は田舎の郵便局。だからいつも人が集まってフィーカが始まります。当時、フィーカのお菓子は手づくりが当たり前で母は週に3~4回はパンやお菓子を焼いていましたね。学校帰りに我が家のキッチンから漂ってくる、あの甘い香りが忘れられません。」

「フィーカしない？」は、スウェーデンで日に何度も使われるフレーズです。「フィーカ (fika)」とは、スウェーデン語で「お茶をする」という意味。仕事や家事の合間にコーヒーとお菓子でちょっとひと息つく、欠かせない習慣です。家でも職場でも自由なスタイルで、仲間や友達、家族とおしゃべりしながら楽しめます。それは肩肘張らないコミュニケーションであり、気軽なおもてなし。昔から大切にされてきた時間なのです。



会社でも1日2回は、フィーカタイム。

[ダーグさん]

「9時と3時はフィーカタイム!無料でコーヒーを飲ませてくれない会社なんてダメ、と私は思っています(笑)。営業で来社する人は、フィーカの少し前にパンを差し入れに持ってくることもよくあること。まずフィーカで心を開いてから仕事の話です。」

人をつなげる 「お茶の時間」。



美味しい日本茶でフィーカしませんか?



[オスカルさん]

「高校3年生の時に初めて日本茶に出会い、知れば知るほど好きになって、いつの間にか私の人生を大きく変えるほどの存在になっていました。日本茶は口にすることで、茶畑の中にいるような安らいだ気持ちにしてくれます。急須でお茶を淹れてゆっくり味わう。それだけで豊かな気持ちになれます。ぜひ日本茶でフィーカを!」

フィーカなくしてスウェーデンは語れません。

[ダーグさん]

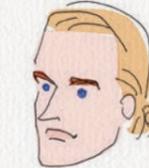


「食事に誘われるよりフィーカに誘われることが多いですね。食事はかきこまってしまうがちだけれど、フィーカは呼ぶ方も、呼ばれる方も気軽に、リラックスして楽しめるんです。」



マーティン・コスさん

在日スウェーデン商工会議所専務理事。30代。スモーランド地方出身。日本在住10年。



ヨナス・ホルム

スウェーデンハウス社員。30代。ダーラナ地方出身。日本在住6年。



ダーグ・クリングステットさん

コンサルティング会社代表。50代。ヴェステルボッテン地方出身。日本在住36年。



オスカル・ブレケルさん

日本茶伝道師。30代。スコーネ地方出身。日本在住6年。日本茶ブランド「Oscar Brekell's Tea Selection」が好評販売中。
<https://www.brekell.com/>
<https://www.instagram.com/brekell/>

美味しい時間

我が家で楽しむ

Swedish good time in a House

SWEDEN X JAPAN 響きあうココロ。

今号は、スウェーデンと日本の響きあうココロを、「食」の面から探ります。日本に暮らす4人のスウェーデン人に尋ねてみると、食にまつわる様々な習慣を通じて、豊かな時間が見えてきました。

The SWEDEN HOUSE

THE PERFORMANCE FOR OUR PLANET



CONTENTS

- 2 [Special] 我が家で楽しむ 美味しい時間
- 8 [Life Style] The moment of mjuk!
- 10 [Owner's Story] 愛すべきは日常。
- 16 [Technology] スウェディちゃんのなぜ?なに?どうして? 教えてムース先生!
- 20 [Culture] 私の小宇宙 Sweden
- 21 [Life Style] グリーンと暮らせば Owner Gardener's Life
- 22 [Community] そして夢は叶った SWEDEN HILLS DREAM
- 24 [OWNER'S CIRCLE] Good Neighbors
- 26 [SWEDEN HOUSE CIRCLE] Good Neighbors

企画・発行：スウェーデンハウス(株)
発行人：岡田 正人
編集人：大竹 愛子
プロデュース：(株)DGコミュニケーションズ
制作：(株)東北新社

表紙写真：Apelöga/Imagebank.sweden.se



日本みたいな 季節料理はない!?

[ダーグさん]

[ヨナス]

「旬の味覚は楽しむけれど、日本の冬の鍋や夏の冷やし中華やそうめんのような季節料理はありません。一年中家の中の温度は同じだからね。食べたい料理を自由に楽しむということかもしれないですね。」



オーブン料理が たくさんあります。



[ダーグさん]

「定番料理のヤンソンさんの誘惑も、空飛ぶヤーコブさんも、フィーカのお菓子づくりにも、オーブンは必需品。これがなければスウェーデンの普通のキッチンじゃない!と私は思います。」

レシピ「12ヶ月のおいしい話」*より
ヤンソンさんの誘惑(第9回)/空飛ぶヤーコブさん(第30回)/フィーカのお菓子(第5・7・10・11・12・16・21・26・33・42・44・48・49・50回)

待ちきれない、 6月の新ジャガ!

[マーティンさん]

「ちょうど夏至祭の時に出来る新ジャガとシール(ニシンの酢漬け)を食べるのを心待ちにしています。ジャガイモは日本人にとってのお米と同じ。一年中食べる主食で、特に新ジャガの美味しさは格別!保存食のシールは、この季節になると、カレーやトマト風味など毎年新しい味付けが登場します。」

レシピ「12ヶ月のおいしい話」*より
新ジャガのロースト(第51回)/ポテトのパンケーキ(第43回)/シール(第1回)



いつも家族の
真ん中に
キッチン。
スウェーデンのキッチンに必ずあるのが、料理はもちろんパンやお菓子づくりに欠かせないオーブン。昔は薪をくべて暖房の代わりに使っていました。そのため今でも家の中心にキッチンがあることが多く、簡素なテーブルとイスが置かれ、平日の食事はたいていここで済ませます。昔も今も、家族が集まり笑顔が生まれる場所がキッチン。「我が家の味」も、特別な日のごちそうも、大切に思い出も、みんなここでつくられるのです。

Kitchen

“もったいない”の心は 日本と一緒。

[オスカルさん]

「最初に日本茶を飲んだ時は、苦味や渋味が強く、美味しいとはほど遠いものでした。でも幼い頃から残さず食べなさいとつけられてきて、誰かがつくった物を捨てることはできませんでした。飲み続けているうちに、言葉で表現しきれない爽やかな香りやスッカリとした後味を感じるようになり、一番好きなお茶が日本の煎茶になっていたのです。」

ミートボール だけじゃない!

[ヨナス]

「スウェーデンといえばミートボールが有名ですが、「我が家の味」はラグムンクとフレスク(Raggmunk med fläsk/ポテトパンケーキと厚切りのベーコン)やフィスクピナル(Fiskpinnar/タラなどの白身の魚にパン粉をつけて焼いたもの)。プランクステーキ(Plankstek/木の板にステーキをのせてオーブンで焼き、マッシュポテトを添えたもの)は週末のごちそう。スウェーデンに帰ると食べたくなる味です。」

レシピ「12ヶ月のおいしい話」*より
ミートボール(第3回)/ラグムンク(第43回)

スウェーデンのパンは世界一。

[ダーグさん]

「私は、スウェーデンは世界一パンの種類が多い国ではないかと思っています。例えば大きなスーパーに行くと、100mぐらいパンの棚が続いているような…(笑)。オススメはライ麦や全粒粉の黒くて硬めのパン。噛むほどに深い味わいがある絶品です。」

[ヨナス]

「クネッケブロードという硬パンが好きです。全粒粉を使った黒っぽい繊維の多いパンで、ジャガイモ料理に合うんです。」

レシピ「12ヶ月のおいしい話」*より
クネッケブロード(第17回)



※当社ホームページでスウェーデン料理のレシピをたくさんご紹介しています。こちらもぜひご覧ください。
mjuk(ミューク)「12ヶ月のおいしい話」

ホームパーティーは 持ち寄りで。

[マーティンさん]

「気取らず気軽に楽しめるから、誰かの家に料理を持ち寄るスタイルが人気です。そこで気に入った料理のレシピを交換しあうんです。くつろぎながら朝まで過ごすこともあります。」



食器もこだわる。 長く使うからこそ、 いいものを。

[マーティンさん]

「食器にはこだわりますね。長く使うものだから、いいものを使います。我が家にも祖父母から譲り受けた食器がありますが、たいていの家に代々受け継いでいる、10~15人分のひと揃いはあるんじゃないでしょうか。それで特別な日に、みんなが同じ食器で食卓を囲むんです。」

夏は庭先がダイニング。

[ヨナス]

「スウェーデン人は、夏、太陽が出ていることに感謝して思いきり楽しめます。食事やフィーカも外が多いです。家の庭でBBQをしますが、キッチンが近くにあるので、ポテトグラタンなどをお肉に添えます。あとは庭で育った野菜のサラダがあれば最高です！」

クリスマスは 帰りたくなる！

[マーティンさん]

「クリスマス前は、たくさんの種類の料理を数日かけてつくります。大きなテーブルに料理をずらりと並べて、個々に食べたいものをお皿に取り分けます。ピュッフェ形式は実はスウェーデン発祥なんですよ。そして、その料理を一週間以上かけて食べます。お正月のおせち料理と似ているかもしれませんね。」

キノコは森からの贈り物。

[ヨナス]

「スウェーデンには自然享受権があるので、よく散歩しながら森にキノコやベリーを摘みに行きました。中でもカンタレル（アンズダケ）は、鮮やかな黄色をしているので簡単に見分けられ、スウェーデン人なら誰もが知っているキノコ。クセが少なく、子どもから大人まで大好きです。スーパーにはほとんど出回らないので、毎年家族で近くの森に探しに行きます。この国では、森の恵みはみんなのものなんです。」

家族揃ってゆっくり食事を楽しんだり、気取らないホームパーティーで友人家族と語りあったり。「美味しい時間」は、いつでも家中にありました。大切な誰かと共有する心地よいひとときが、スウェーデンの食を豊かに彩っているのです。家はその礎だから、いつも安心して人が集うことができ、快適に過ごせる温かな場所であるべきです。どうか愛しい我が家で、豊かな美味しい時間を重ねて欲しい、スウェーデンハウスの願いです。

人が集う、 家が礎。

金曜日の夜は特別。

[マーティンさん]

「『まったくフライデー（Fredagsmys/フレードスミス）』という意味の言葉があります。金曜日は仕事を早めに切り上げて、家族とのんびり過ごします。食品や飲料メーカーがFredagsmysをキャッチフレーズに、こぞってCMをしていて、テレビや映画を観たり、ボードゲームをしたりします。」

水曜日は、 小さな土曜日。

[マーティンさん]

「『水曜日は、小さな土曜日（Lillördag/リラーダ）』という言葉があります。スウェーデンでは平日と日曜日はほとんどお酒を飲みませんが、水曜日には少しお酒を楽しむことも…小さな土曜日だからいいねという感覚。週の真ん中にちょっと息抜きをする、スウェーデン流の小さな言い訳かもしれません。」