



高島市

オリーブオイルテキスト

Vol.4



令和4年1月 高島市農業政策課

いまや食卓にかかせないものとなりつつあるオリーブオイル。
高島市では令和2年度からオリーブ産地化促進事業を進めています。
オリーブとオリーブオイルに関する情報をQ&A形式でお知らせする
オリーブオイルテキストの4回目です。



品種によってオリーブオイルの味や香りは違いますか？

→ 品種によって違うのはもちろん、搾油時期などによっても大きく異なります。

たとえば、同じ品種であっても生産地域、
搾油の時期や搾り方など、さまざまな
要因によって味や香りが異なるオイルが
できます。

また、オリーブは農作物ですから、同じ
生産者が同品種を同工程で作ったとして
も、毎年まったく同じ味や香りにはなり
ません。



若木がすくすくと育つオリーブ畑（今津町）
右奥に見えるのは柿の木

ソムリエ・メモ
from sommelier



「テロワール（仏terroir）」という単語をご存じでしょうか。ワインの世界でよく聞かれますが、日本語や英語には適当な訳語が見当たらないため、外来語としてそのまま使われることが多いようです。おおまかには「その農産品に関わるすべての環境」というような意味に捉えることができ「風土」や「気候」と訳されることもあります。時には自然環境のみならず、作り手の人となりなども含めて言う場合もあるようです。

オリーブオイルについてもワインと同じように、この「テロワール」が風味に大きく影響します。ですから、同じ品種の実から絞ったオイルであっても、畑の場所や収穫時期、搾油方法や掛ける時間など、ありとあらゆる要因でオイルの風味は変わります。

機会があれば、品種は同じで生産者が異なるオイルをいくつか食べ比べてみてください。同一品種とは思えないほどバラエティに富んだ香りと味を楽しむことができます。



オリーブオイルは和食にも使えるのでしょうか？

➡ もちろんです！ 豆類や発酵食品との相性も抜群です。

たとえば、納豆や味噌汁、筑前煮など、食べる直前にほんの少し加えるだけで劇的な変化を楽しめる家庭料理がたくさんあります。一般的には、和食にはマイルドなタイプのオリーブオイルが合うとされていますが、あえてスパイシーな風味のものや、ストロングテイストのオリーブオイルを合わせてみると、意外なおいしさを発見するかもしれません。

ソムリエ・メモ
from sommelier

どの料理にどの品種（やブランド）が合うか、材料に混ぜるのか、あるいは後掛けするのがよいかなど、自分なりのベスト・マリアージュを探すのもオリーブオイルの楽しみ方のひとつです。

今回は、とくに相性が良い発酵食品の中から醤油・味噌との組み合わせをいくつかご紹介します。いずれもあとから掛けるだけです。

エキストラバージンオリーブオイルは良質のものを、量は好みで調節してください

醤油は砂糖無添加のものを使っています

エキストラバージン
オリーブオイル



味噌汁に



冷奴に



納豆に



卵かけごはん

他にも…

- 目玉焼きをエキストラバージンオリーブオイルで焼く
- 焼き魚を食べる直前にエキストラバージンオリーブオイルを掛ける
- お刺身を食べるときの醤油にエキストラバージンオリーブオイルをひとたらしする …など

●●●次回は「鉢植えの楽しみ方」についてお届けする予定です●●●