




*Formaggi
d'Italia*

おいしく たのしい
イタリアチーズ



チーズの種類

チーズは、ナチュラルチーズとプロセスチーズに大きく分けられます。

イタリアのナチュラルチーズは、一般的に、硬さ、熟成度合いによって分類されます。

フレッシュタイプ

乳に乳酸菌や酵素を加えて固め、水切りした新鮮なチーズ。熟成期間を要さない。

ソフトタイプ

水分を多く含む、軟らかいチーズ。熟成期間は数日から長いもので2、3か月。

セミハードタイプ

水分をある程度除き、型に入れ圧搾し、長いもので半年熟成させたやや硬めのチーズ。

ハードタイプ

水分を少なめに調整してから型に入れ圧搾し、長いもので3年熟成させた硬いチーズ。

また、特殊な製造方法による種類分けもあります。

ウォッシュタイプ

表面を塩水などで洗いながら熟成させたチーズ。

白カビタイプ

表面に白カビを繁殖させたチーズ。

青カビタイプ

内部に青カビを繁殖させたチーズ。

パスタ・フィラータタイプ

生地を発酵後、細断し、熱湯を加えながら練り、引きちぎって造るイタリア特有のチーズ。

この他、製造工程における加熱、圧搾の有無や脂肪分の違いによってもタイプが分かります。

イタリアでは、風味の違いを表すドルチェ(甘口)、ピッカnte(辛口)、熟成期間の違いを表す Fresco(短期熟成)、Stagionato(長期熟成)などの言葉でもチーズの特徴を表現します。

プロセスチーズは、ナチュラルチーズを一度加熱してから固め、保存性を高めたチーズを指します。

イタリアチーズは好きですか？

イタリアは北をアルプス山脈、東西南の三方を海に囲まれています。多様な気候をもち、伝統を大切にしてきたひとつひとつの地域が数え切れないほどのチーズを生み出してきました。

実際、イタリアには500種以上のチーズが存在するといわれています。

また、時代に合わせた新しいスタイルのチーズも生まれています。

そのうえ、同じチーズでも熟成期間の違いによって風味が変わります。

造りたてを味わうのか、じっくり熟成したものを楽しむのかはお好みしだいです。

日本人ひとり当たりが1年間に食べるチーズの量は約2.5キロ。

これに対して、イタリアではその約9倍が消費されています。

イタリアの家庭の冷蔵庫には必ずチーズがあります。そのままテーブルチーズとして

楽しむだけでなく、料理にもふんだんに使うのがイタリア流です。

パスタやリゾットのプリモピアットのほか、セコンドピアットから

ドルチェまで、チーズはさまざまに形を変えて利用されます。

あなたの冷蔵庫には、どのイタリアチーズを仲間入りさせますか？

さあ、多彩なイタリアチーズをご紹介します！



イタリアの州

★・・・州都所在地

地域性と乳種

南北に細長いイタリアでは、その地域によってもチーズの特徴がみられます。

北部

北部は牛乳製チーズの宝庫といえます。グラナ・パダーノや、パルミジャーノ・レッジャーノといったハードチーズが有名です。

グラナ・パダーノが主に造られる広大で肥沃なポー川流域のパダーノ平野では、消費地への流通の便もよいことからフレッシュチーズも多く造られています。

他にも、「アルペッジョ(夏期高地放牧造り)」とよばれる、長期保存可能な大型のハードチーズがあります。これは、アルプスの山々で短い夏に放牧された牛の乳から造られます。

また、夏が終わり、アルプスからようやく下山した牛の乳から造られたことから、「ストラッキノー(疲れた)」と名づけられたチーズもあります。ゴルゴンゾーラやタレッジョなどがよく知られています。

中南部・島々

中南部や島々は、放牧に適した広大な土地に恵まれていたことから、古くから羊の飼育が盛んに行われてきました。イタリア最古のチーズといわれているペコリーノ・ロマーノをはじめ、各地域で特色のあるペコリーノ(羊乳製チーズ)が生産されています。

また、湯を加えて引き延ばして造るパスタ・フィラータタイプのチーズは、南部で生まれました。モッツァレッラやブッラータなどのフレッシュタイプから、カチョカヴァッロやスカモルツァなどの熟成・乾燥タイプまで、さまざまなチーズが親しまれています。なかでも、カンパニア州の水牛乳から造られるモッツァレッラはその代表格の一つです。

乳種の特徴

イタリアのチーズは、主に牛、羊の乳から造られます。その他、山羊、水牛も使われます。羊乳や水牛乳は牛乳に比べて脂肪分が高く、コクのあるチーズが出来上がります。山羊乳はさっぱりとしていて、チーズの風味も軽やかです。

また、チーズの色も原料となる乳によって特徴が生まれます。牛乳にはカロテンが含まれており、出来上がったチーズも少し黄色みを帯びています。一方、羊乳、山羊乳、水牛乳のチーズは白っぽくなります。





イタリアチーズのいろいろな食べ方

多種多様なイタリアのチーズ。そのまま食べるだ

けではなく、さまざまな料理にアレンジできます！



ハードタイプ *Hard*

料理の用途に合わせて、カットの方法を変えて使い分けのがおすすめです。

【粉におろす】

スープ、リゾット、パスタ、サラダ、温野菜にふりかけたり、フライの衣のパン粉に混ぜると風味やコクが増します。

【スライスする】

カルパッチョ、生ハムやローストビーフなどの薄切りの料理にトッピング。スライスした食材と食感がぴったりです。

【かち割りにする】

カットするのではなく、ナイフの刃先やフォークで砕くと硬い食感や香りをよりダイレクトに感じられます。常温でオリーブやブドウを添えてそのままおつまみに。

コラム

パルミジャーノ・レッジャーノの外皮は捨てずに活用しましょう。スープに入れて一緒に煮込むと、旨みがでます。一口大にカットしオーブンシートに皮の面を下にして電子レンジで約1分！チーズ煎餅のできあがり。

セミハードタイプ *Semihard*

薄くスライスし、サルミなどと一緒にサンドイッチにするのがおすすめです。加熱すると溶けやすいのでホットサンドや、野菜や肉にかけるチーズソースとしても応用できます。

フレッシュタイプ *Fresh*

プレーンな味わいで水分が多くペースト状になりやすいので、他の食材と混ぜたり、製菓材料としても重宝します。つなぎとして使っても便利です。

【マスカルポーネ】

ティラミスのクリームに。

【リコッタ】

- ・メーブルシロップやはちみつを混ぜてフルーツと共に。
- ・ラビオリの具やラザニア、パスタのトッピングに。
- ・ドライフルーツと生クリームを混ぜて冷やせば、シチリアの伝統的なスイーツ「カッサータ」に。
- ・パンケーキやチーズケーキの生地混ぜるとふわふわの食感に。

Freschi

青カビタイプ *Erborinati*

塩味やピリッとした刺激的な風味があるので、料理に使う際は、香りバターのような使い方で少量トッピングするとよいでしょう。また、ゴルゴンゾーラ・ドルチェのように優しいマイルドな風味のブルーは、パスタやリゾット、お肉のソースに、また、野菜のディップにも活用できます。

ソフトタイプ *Soft*

テーブルチーズとして楽しむことが多く、常温で野菜やフルーツと合わせて楽しむのもよいでしょう。タレジオなどのウォッシュタイプは加熱すると独特の香りが出るので、ピッツァ用のチーズとしてもおすすめです。

molli

パスタ・フィラータタイプ *Pasta filata*

そのまま食べると弾力性のあるもちっとした食感が楽しめます。加熱すると溶けて伸びる（糸引きがよい）のでピッツァなどによく使われます。熟成タイプは、厚めにカットしそのままソテーしたり、あぶったり、衣をつけてフライにするのもよいでしょう。

チーズをより美味しくする組み合わせ

- ・ ゴルゴンゾーラと洋ナシ、くるみ、はちみつ、マスカット
ピリッとした刺激的な風味には、甘みのある食材がぴったりです。
- ・ パルミジャーノ・レッジャーノとモデナ産バルサミコ酢、プロシュット・ディ・パルマ
同郷の食材との相性が抜群です。
- ・ 山羊乳のロビオラとイチジク
山羊乳製チーズの爽やかな酸味とイチジクの甘みがよく合います。
- ・ ペコリーノとそら豆
イタリアでは春の定番の一品です。粉におろしたペコリーノとオリーブオイル、黒胡椒を、茹でたそら豆にトッピングします。



チーズとワインのアッピチメント

6000年の歴史のあるイタリアワイン。チーズとワインは切っても切れない関係です。

チーズとワインの
美味しい組み合わせのコツは…



同郷のワインを合わせます

その土地で伝統的に造られてきたチーズとワインの組み合わせはイタリアで昔から親しまれています。

- ・ロビオラとモスカート・ダスティ
- ・バルミジャーノ・レッジャーノとランブルスコ
- ・ペコリーノ・トスカーノとキアンティ、ヴェルナッチャ・ディ・サン・ジミニャーノなど

チーズとワイン双方の個性を合わせます

味、香りの強さ、風味の特徴を合わせると相乗効果をもたらします。

- ・羊乳製チーズとフルボディータイプの赤ワイン
- ・ナッツのような風味のチーズと木樽熟成した白ワインなど

塩味の強いチーズは甘みを補うことで食べやすくなります。

- ・青カビチーズと甘口のワインなど

テクスチャーを合わせます。

- ・クリーミーなチーズときめ細やかな泡立ちのスパークリングワイン
- ・短期熟成のペコリーノなどしっとりとしたチーズと果実味豊かで柔らかな白・赤ワインなど



チーズの保存方法

冷蔵庫で保存し、あまりにおい強い食品と一緒にしないようにしましょう。

フレッシュタイプ FRESCHI

新鮮なうちに消費したいチーズです。開封したら早めに使い切るとよいでしょう。他のチーズに比べて冷蔵庫のにおいを吸収しやすいので、容器に入れ、蓋は密閉して保存します。



ソフトタイプ MOLLI

切り口が流れないようにアルミ箔などをあてましょう。劣化防止にもなります。白カビタイプやウォッシュタイプはオープンシートなどで覆った後、乾燥しないようにラップで包むか密閉容器に入れて保存しましょう。自然な表皮のタイプ（ロビオラなど）は、外皮が蒸れないようにオープンシートでふんわり包むとよいでしょう。



青カビタイプ ERBORINATI

通気性が悪くなると青カビが色褪せてしまうので注意しましょう。また、光にも弱いのでアルミ箔で包んで保存します。水分が出やすいので、こまめに包み直が必要です。



セミハード、ハードタイプ SEMIDURI & DURI

オープンシートやアルミ箔で切り口を覆った後、全体をラップなどで包みましょう。乾燥やラップ自体のにおい移りを防ぐことができます。



パスタ・フィラータタイプ PASTA FILATA

フレッシュなタイプ（モッツァレッラなど）は、カットしていないものは水に浸し、カットしたものは水には入れず容器に入れ保存し、早めに消費しましょう。熟成をさせているもの（カチョカヴァッロなど）は、乾燥しすぎないようにラップなどで包み、時々表面をオリーブオイルで拭くと日持ちがよくなります。



保存方法

Q & A

Q. 冷凍保存は可能ですか？

A. 近年、急速冷凍技術も高まり、冷凍モッツァレッラもよく市販されています。解凍後はすぐに消費しましょう。自宅での冷凍保存する場合は、すぐに使いやすい形状（モッツァレッラはカットして水切り、セミハードやハードは粉状やスライス、青カビはキューブ状）にし、密封袋などに入れ、解凍後は加熱調理して食べるとよいでしょう。ソフトタイプは冷凍保存には向かないものが多いです。

Q. もしカビが生えてしまったら？

A. 賞味期限内でしたら、カビが生えた部分を大きめに取り除くとよいでしょう。

イタリアチーズを知ろう!

本冊子では、2026年7月現在、欧州連合からDOP/IGP/STGの認可を受けている59種類のチーズ(乳製品を含む)と、イタリアでおなじみの12種類のチーズを紹介します。

DOP/IGP/STG チーズの生産地は州単位で表示しています。

DOP/IGP/STGとは

欧州連合には地理的表示を保護する制度がいくつかありますが、中でも最もよく知られているのがDOP/IGP/STG認定です。これは多種多様な農産物を広く市場に流通させるとともに、製品名を誤用や盗用から守るための制度です。また消費者が必要とする情報を正しく伝える役割も担っています。

【原産地呼称保護】



DOP Denominazione di Origine Protetta

デノミナツィオーネ・ディ・オリジネ・プロテッタ

特定の地域で栽培・飼育・収穫された農産物が加工を経て製品となる際に、すべての工程がその特定地域で行われたことを示しています。

【地理表示保護】



IGP Indicazione Geografica Protetta

インディカツィオーネ・ジェオグラフィカ・プロテッタ

特定地域で栽培・飼育・収穫された農産物が加工を経て製品となる際に、少なくともひとつの工程がその特定地域で行われたことを示しています。

【伝統特産品保証】



STG Specialità Tradizionale Garantita

スペチャリタ・トラディツィオナーレ・ガランティータ

産地は限定されません。伝統的な原材料や加工法で作られた製品であることを示しています。



10ページからの
DOP/IGP/STG チーズは、
生産地(州)ごとに
北から順に紹介するよ。

DOP/IGP/STG チーズ

Asiago DOP	P14	Pecorino di Filiano DOP	P17
Bitto DOP	P11	Pecorino di Picinisco DOP	P16
Bra DOP	P10	Pecorino Romano DOP	P19
Burrata di Andria IGP	P17	Pecorino Sardo DOP	P19
Caciocavallo Silano DOP	P17	Pecorino Siciliano DOP	P18
Caciottone di Norcia IGP	P16	Pecorino Toscano DOP	P15
Canestrato di Moliterno IGP	P17	Piacentinu Ennese DOP	P18
Canestrato Pugliese DOP	P17	Piave DOP	P14
Casatella Trevigiana DOP	P14	Provola dei Nebrodi DOP	P18
Casciotta d'Urbino DOP	P15	Provolone del Monaco DOP	P16
Castelmagno DOP	P10	Provolone Valpadana DOP	P13
Fiore Sardo DOP	P19	Puzzone di Moena DOP	P13
Fontina DOP	P10	Quartirolo Lombardo DOP	P12
Formaggella del Luinese DOP	P11	Ragusano DOP	P18
Formaggio di Fossa di Sogliano DOP	P15	Raschera DOP	P11
Formai de Mut dell'Alta Valle Brembana DOP	P12	Ricotta di Bufala Campana DOP	P16
Gorgonzola DOP	P11	Ricotta Romana DOP	P16
Grana Padano DOP	P13	Robiola di Roccaverano DOP	P11
Montasio DOP	P14	Salva Cremasco DOP	P12
Monte Veronese DOP	P14	Silter DOP	P12
Mozzarella di Bufala Campana DOP	P16	Spressa delle Giudicarie DOP	P13
Mozzarella di Gioia del Colle DOP	P17	Squacquerone di Romagna DOP	P15
Mozzarella Tradizionale STG	P19	Stelvio / Stilfser DOP	P14
Murazzano DOP	P10	Strachitunt DOP	P12
Nostrano Valtrompia DOP	P12	Taleggio DOP	P13
Ossolano DOP	P10	Toma Piemontese DOP	P11
Parmigiano Reggiano DOP	P15	Valle d'Aosta Fromadzo DOP	P10
Pecorino Crotonese DOP	P18	Valtellina Casera DOP	P13
Pecorino delle Balze Volterranne DOP	P15	Vastedda della Valle del Belice DOP	P19
Pecorino del Monte Poro DOP	P18		

イタリアでおなじみのチーズ

Burrata	P20	Stracchino	P21
Crescenza	P20	Ricotta	P21
Mascarpone	P20	Robiola	P21
Mozzarella	P20	Scamorza	P21
Provola	P20	Tomino	P21
Provolone	P20	Formaggio ubriaco	P21

フォンティーナ DOP Fontina DOP



アルプスの山のチーズ。木の実のような風味が豊か。ヴァッレ・ダオスタ州の郷土料理、イタリア版チーズフォンデュ「フォンデュータ」でも知られる。



ヴァッレ・ダオスタ・フロマーゾ DOP Valle d'Aosta Fromadzo DOP



「アオスタ渓谷のチーズ」の意。素朴な味わいの山のセミハードチーズ。マーグロ(低脂肪)とセミグラッソ(中脂肪)の2種類がある。牛乳に山羊乳を少量加えることもある。



ブラ DOP Bra DOP



ピエモンテ州を代表するチーズの一つ。穏やかな風味のテーネロ(軟らかい)とコクと旨みがあるドゥーロ(硬い)の2種類がある。同名の町はスローフード発祥の地としても有名。



カステルマーニョ DOP Castelmagno DOP



名前は同名の村に由来する。生産量の少なさから幻のチーズといわれるセミハードチーズ。熟成が進み青カビが生えたものは、強い辛さと深みのある味わいになり、特に珍重される。



ムラッツァーノ DOP Murazzano DOP



ロビオラの一環で、銘醸ワインの産地ランガ地方で造られる。口どけがよく、クリーミーなソフトチーズ。羊乳由来のコクが特徴的。(ロビオラ→P.21参照)



オッソラーノ DOP Ossolano DOP



スイスとの国境沿いピエモンテ州北部オッソラ渓谷が産地。夏期高地放牧造りには「d'Alpe(ダルベ)」と表示される。熟成が若いうちはしなやか、熟成が進むと硬く引き締まる。



ラスケーラ DOP Raschera DOP



アルプスから下山する際に運びやすいよう四角型が生まれた。円盤型もあるが、現在は四角型の生産が圧倒的に多い。牛乳に若干量の羊乳、山羊乳を加えることが認められている。



ロビオラ・ディ・ロッカヴェラーノ DOP Robiola di Roccaverano DOP



小ぶりの円盤型ソフトチーズ。山羊乳100%製もあるが、50%未満なら羊乳や牛乳を混ぜてもよい。熟成期間の違いで2種類に分けられる。(ロビオラ→P.21参照)



トーマ・ピエモンテーゼ DOP Toma Piemontese DOP



素朴で優しい風味のセミハードチーズ。伝統的には洞窟で、また現在は同等の環境下にて、手仕事で塩もみや塩漬けをしながら熟成させる。昔からある山のチーズ。



ゴルゴンゾーラ DOP Gorgonzola DOP



名前は同名の村に由来。優しい風味のドルチェと刺激的な味わいのピッカnteがある。ストラッキーノの一種として知られる。世界三大ブルーチーズの一つといわれている。(ストラッキーノ→P.21参照)



ビット DOP Bitto DOP



ロンバルディア州北部のアルプスで短い夏の間のみに製造される希少な長期熟成セミハードチーズ。熟成が進むにつれてアロマ豊かな風味になる。



フォルマッジェッラ・デル・ルイネーゼ DOP Formaggella del Luinese DOP



スイスの国境近くのアルプス山麓マッジョーレ湖畔で造られる。山の草を食んだ山羊乳から独特の風味が生まれる。弾力のある軟らかい生地が特徴のセミハードチーズ。



フォルマイ・デ・ムット・
デッラルタ・ヴァッレ・ブレンバーナ DOP
**Formai de Mut
dell'Alta Valle Brembana DOP**

「ブレンバーナ渓谷上流の山のチーズ」の意。ミネラル
ウォーターの水源サンペレグリーノよりさらに山奥が
産地。アルペジヨには青いロゴのスタンプが押される。
(アルペジヨ→P.2参照)



乳種 牛乳

生産地(州)

ノストラノ・ヴァルトロンピア DOP
**Nostrano
Valtrompia DOP**

「我々のトロンピア渓谷の」の意。製造時、脱脂することで
淡くなるチーズの色味を補うため、サフランを加える。乾
燥を防ぎ、硬くする目的で、外皮に亜麻油を塗りながら熟成さ
せる。中脂肪のハードチーズ。



乳種 牛乳

生産地(州)

クアルティローロ・ロンバルド DOP
**Quartiolo
Lombardo DOP**

「ロンバルディア州の4番草」の意。かつては4番草
の頃(秋)に造られた。タレージョに似ている、低脂肪のソ
フトチーズ。ストラッキーノの一種。
(ストラッキーノ→P.21参照)



乳種 牛乳

生産地(州)

サルヴァ・クレマスコ DOP
Salva Cremasco DOP

春の乳量が多い時期に大きめのチーズを造って蓄えと
して「貯蔵した(サルヴァーレ)」ことが語源。熟成が進む
につれねっとりとした食感に変化するソフトチーズ。



乳種 牛乳

生産地(州)

シルテル DOP
Silter DOP

シルテルは「チーズ熟成庫」を意味するケルト語。アル
プス山麓のこの土地の気候風土は熟成にもよい影
響があり、その製造の歴史は古く遡る。円筒型のハー
ドチーズ。



乳種 牛乳

生産地(州)

ストラキトゥント DOP
Strachitunt DOP

青カビチーズ。ストラッキーノの一種で、ゴルゴンゾー
ラ原型。タ方のカード(凝乳)と翌朝のカードを混ぜる、
昔ながらの独特な製法。青カビは自然に繁殖する。
(ストラッキーノ→P.21参照)



乳種 牛乳

生産地(州)

ヴァルテッリーナ・カゼーラ DOP
**Valtellina
Casera DOP**

かつては、夏の間ビット造りに使用したチーズ熟成庫(カ
ゼーラ)で冬に製造されていた。現在は通年産で製造。フ
レスコとスタジオナートの2種類がある。
(ビット→P.11参照)



乳種 牛乳

生産地(州)

タレージョ DOP
Taleggio DOP

ストラッキーノの一種。タレージョ渓谷が発祥。優しい口
当たりで個性的な味わい。イタリアではよく知られた、
ウォッシュタイプのソフトチーズ。
(ストラッキーノ→P.21参照)



乳種 牛乳

生産地(州)

プッツォーネ・ディ・モエーナ DOP
**Puzzzone di
Moena DOP**

プッツォーネは「強烈なおい」の意。湿った外皮が独特の
においになることに由来する。最低90日間、ぬるま湯(又は
塩水)に浸した布で外皮を拭きながら熟成させて造るセミ
ハードチーズ。



乳種 牛乳

生産地(州)

グラナ・パダーノ DOP
Grana Padano DOP

製造地域は北部の広範囲にわたり、イタリアDOPチーズ
最大の生産量を誇る。汎用性が高くイタリア全土で広く
使われているハードチーズ。グラナは「粒状の」の意。



乳種 牛乳

生産地(州)

プロヴォローネ・ヴァルパダーナ DOP
**Provolone
Valpadana DOP**

まろやかな味わいのドルチェと、シャープな風味の
ピカンテの2種類がある。熟成期間は10日から90日間
と幅広い。メロン型、サラミ型、円錐型、フラスコ型な
ど、さまざまな形状で製造される。



乳種 牛乳

生産地(州)

スプレッサ・デッレ・ジュディカリーエ DOP
**Spressa delle
Giudicarie DOP**

アルプス最古のチーズの一つ。9月10日から6月30日まで
のオフシーズンに限定して製造。ジョーヴァネ(若い)
とスタジオナートがあるセミハードチーズ。

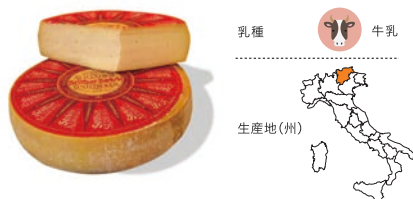


乳種 牛乳

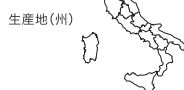
生産地(州)

ステルヴィオ / スティルフセル DOP Stelvio / Stilfser DOP

オーストリアとの国境沿いトレンティーノ・アルト・アディジェ州北部が産地。熟成中、塩水でまわりを洗うことで独特の香りや風味になるのが特徴のセミハードチーズ。



乳種 牛乳



アジアーゴ DOP Asiago DOP

かつて羊乳製チーズの生産地だったアジアーゴ高原に16世紀乳牛が伝わり、牛乳製が一般的になった。熟成期間の異なるフレスコとスタジオナートがある。



乳種 牛乳



カザテッラ・トレヴィジャーナ DOP Casatella Trevigiana DOP

もちもちとした食感が特徴的なフレッシュタイプのソフトチーズ。表皮はほとんどないくらい薄い。かつては冬のみの生産だったが、現在は通年製造される。



乳種 牛乳



モンタジオ DOP Montasio DOP

12、13世紀に修道院で造られていたものが広まった。名前は同名の山に由来する。熟成期間の違いでフレスコ、メッツァーノ、スタジオナート、ストラヴェッキオの4種類に分類されるハードチーズ。



乳種 牛乳



ピアヴェ DOP Piave DOP

名前は産地を流れるピアヴェ川に由来。熟成期間別に、フレスコ、メッツァーノ、ヴェッキオ、ヴェッキオ・セレツィオーネ・オーロ、ヴェッキオ・リゼルヴァに分類されるハードチーズ。



乳種 牛乳



モンテ・ヴェロネーゼ DOP Monte Veronese DOP

「ヴェローナの山」の意。熟成期間が長く部分脱脂乳を原料とする伝統的なダッレーヴォと、熟成期間が短く全乳から造られるラッテ・インテロの2種がある。



乳種 牛乳



パルミジャーノ・レッジャーノ DOP Parmigiano Reggiano DOP

イタリアチーズの王様と称される。熟成期間は最低12ヶ月。平均24ヶ月熟成のものがよく流通している。じりじりとした食感としっかりとした旨みの特徴のハードチーズ。



乳種 牛乳



カシヨッタ・ドゥルビーノ DOP Casciotta d'Urbino DOP

「ウルビーノの小さなチーズ」の意。羊乳が足りない季節は牛乳との混乳で造られる。ミケランジェロも好んだといわれ、同チーズの協会ホームページには本人と生産者との書簡も掲載されている。



乳種 羊乳
主体



ペコリーノ・デッレ・バルツェ・ヴォルテッラーネ DOP Pecorino delle Balze Volterrane DOP

「ヴォルテッラ村の崖(バルツェ)のペコリーノ」の意。自生するチョウセンアザミのおしべを凝乳酵素に使用する独特の製法。熟成期間別に4種類に分類される。



乳種 羊乳



スクアックエローネ・ディ・ロマーニャ DOP Squacquerone di Romagna DOP

エミリア-ロマーニャ州東部が産地。とても軟らかくろっとしている。ピアディーナやフォカッチャにのせて食べるほか、パスタの詰め物にも使われるフレッシュタイプのソフトチーズ。



乳種 牛乳



フォルマッジョ・ディ・フォッサ・ディ・ソリアーノ DOP Formaggio di Fossa di Sogliano DOP

フォッサとは「穴」の意。保存や略奪行為から守る目的でチーズを穴に埋めたことに由来。トリュフの様な香りをまとい複雑な風味に変化するハード/セミハードチーズ。



乳種 牛乳
 羊乳



ペコリーノ・トスカーノ DOP Pecorino Toscano DOP

イタリア中南部で造られるペコリーノ(羊乳製チーズ)の代表格。マイルドな味のフレスコと、旨みと複雑味が増したスタジオナートの2種類があるセミハードチーズ。



乳種 羊乳



カチョットーネ・ディ・ノルチャ IGP

Caciottone di Norcia IGP

牛乳と羊乳の混乳で作られる、セミハード／ハードタイプのチーズ。熟成期間によって、ドルチェ、メディオ、リゼルヴァの3種類がある。



ペコリーノ・ディ・ピチニスコ DOP

Pecorino di Picinisco DOP

ピチニスコ村生まれの伝統チーズ。山羊乳との混乳もある。優しい風味のスカモシャート（半熟成）としっかりとした味わいのスタジオナートがある。



リコッタ・ロマーナ DOP

Ricotta Romana DOP

ラツィオ生まれのリコッタは、アッシジの聖フランチェスコが広めたといわれるフレッシュタイプの乳製品。羊乳製チーズ製造後のホエイ（乳清）を再利用して製造。（リコッタ→P.21参照）



モッツァレッラ・ディ・ブーフアラ・カンパーナ DOP

Mozzarella di Bufala Campana DOP

カンパーニア州では本来、モッツァレッラと言えば水牛乳製を指す。濃厚でクリーミーな味わいのフレッシュタイプのパスタ・フィラータチーズ。希少価値が高いため牛乳製（ヴァッカ）より高価。



リコッタ・ディ・ブーフアラ・カンパーナ DOP

Ricotta di Bufala Campana DOP

モッツァレッラ・ディ・ブーフアラ・カンパーナ製造後のホエイ（乳清）を再利用して造られるフレッシュタイプの乳製品。牛乳製よりも脂肪が高くミルクの風味が豊かな。（リコッタ→P.21参照）



プロヴォローネ・デル・モノコ DOP

Provolone del Monaco DOP

名前は、チーズを運ぶ人々の姿や、チーズに被せた袋が修道士（モノコ）に似ていたことに由来するといわれる。メロン型や洋梨型をした、セミハードのパスタ・フィラータチーズ。



カチョカヴァッロ・シラーノ DOP

Caciocavallo Silano DOP

カチョカヴァッロは「馬のチーズ」の意。2つ一組でぶら下げたチーズが馬にまたがっている様だったことから。瓢箪型や羊梨型がある、セミハードのパスタ・フィラータチーズ。



ブッラータ・ディ・アンドリア IGP

Burrata di Andria IGP

ブッラータはプーリア州中部の町アンドリアが発祥。チーズ職人ロレンツォ・ピアンキーノが20世紀初期に考案したフレッシュタイプのパスタ・フィラータチーズ。（ブッラータ→P.20参照）



カネストラート・プリエーゼ DOP

Canestrato Pugliese DOP

かつて葦を編んだ籠（カネストラ）で成型していたことから、現在でもチーズ表面に籠の模様がつけられている。羊乳の独特のkokが特徴のハードチーズ。



モッツァレッラ・ディ・ジョイア・デル・コッレ DOP

Mozzarella di Gioia del Colle DOP

年間少なくとも150日間放牧された牛のミルクを使用。その風味と色がチーズに独特の深みを与える、繊細な酸味と豊かな味わいが特徴なモッツァレッラ。球型・結び目型・三つ編み型の3種類がある。



カネストラート・ディ・モリテルノ IGP

Canestrato di Moliterno IGP

羊乳を主体に、山羊乳を10～30%混ぜて造られるハードチーズ。表面に葦を編んだ籠の模様がつけられている。熟成期間の長短によってプリミティーヴォ、スタジوناート、エクストラの3種がある。



ペコリーノ・ディ・フィリアーノ DOP

Pecorino di Filiano DOP

表面の籠模様が特徴のハードチーズ。バジリカータ産オリヴオイルやワインビネガーで外皮を拭きながら熟成させる。若いうちは甘みがあり、長期熟成は辛みができる。



ペコリーノ・クロトネーゼ DOP

Pecorino Crotonese DOP

「カラブリア州クロトネ産のペコリーノ」の意。葎で編んだ籠の跡が表面にあるハードチーズ。熟成期間の異なる、フレスコ、セミドゥーロ、スタジオナートがある。



ペコリーノ・デル・モンテ・ポーロ DOP

Pecorino del Monte Poro DOP

濃厚でなめらかなナッツのような香りがする羊乳製のチーズ。熟成期間の違いによって、フレスコ、セミスタジオナート、スタジオナートの3種類がある。



ペコリーノ・シチリアーノ DOP

Pecorino Siciliano DOP

表面の籠模様が特徴的なシチリア州全域で造られるペコリーノ。起源は古代ギリシャまで遡る。羊乳ならではのしっかりとした風味のハードチーズ。黒胡椒入りもある。



ピアチェンティーヌ・エンネーゼ DOP

Piacentinu Ennese DOP

香り高いサフランで色づけされた鮮やかな黄色い組織と、粒状の黒胡椒の風味が特徴のシチリア島エンナ地域のペコリーノ。葎で編んだ籠の跡が表面に見られる。



プローヴォラ・ディ・ネブローディ DOP

Provola dei Nebrodi DOP

熟成期間の違いによって、フレスコ、セミスタジオナート、スタジオナートの3種類に分類される。グリーンレモンを丸ごと生地に包み込み、そのまま熟成させるユニークなタイプもある。



ラグザーノ DOP

Ragusano DOP

シチリア南部の町ラグーザが名前の由来。本来、丸型や瓢箪型のカチョカヴァッロから派生したが、船に積み込みやすくするため長方形になったといわれる。熟成によって辛みが増すパスタ・フィラータチーズ。



ヴァステッタ・デッラ・ヴァッレ・デル・ペリーチェ DOP

Vastedda della Valle del Belice DOP

シチリア島西部が生産地域。羊乳で造られる珍しいフレッシュタイプのパスタ・フィラータチーズ。名前はヴァステッタというシチリア特産の大型丸パンの形に由来する。



ペコリーノ・ロマーノ DOP

Pecorino Romano DOP

ローマ建国の王ロムルス羊の乳で造られていたという逸話もあり、イタリア最古のチーズといわれる。塩味、熟成からくる旨み特徴的なハードチーズ。現在生産の中心はサルデーニャ島。



フィオーレ・サルド DOP

Fiore Sardo DOP

「サルデーニャ島の花」の意。オリーブオイルで外皮を拭きながら熟成させる。熟成が進むにつれ、ピリッとした辛みや、ドライフルーツや薬草のような香りが強くなる。



ペコリーノ・サルド DOP

Pecorino Sardo DOP

サルデーニャ島で造られるペコリーノ。甘みがありマイルドな風味のドルチェと、熟成によりしっかりとした辛みを感じるマトゥーロがある。



モッツァレッラ・トラディツィオナーレ STG

Mozzarella Tradizionale STG

天然の乳酸菌を用い、新鮮な牛乳から伝統的な製法で丁寧に作られるモッツァレッラ。均一でなめらかな弾力と、芳醇な香りが特徴。南イタリア発祥だが、現在ではイタリア全土で製造されている。



ブルータ Burrata

パスタ・フィラータ生地を巾着状にし、中にストラッチャテッラ(手で細く裂いた生地と生クリームを混ぜたもの)を詰めたフレッシュチーズ。プーリア州発祥だが現在はイタリア各地で製造されている。

乳種



クレシェンツァ Crescenza

ストラッキーノの一種。ロンバルディア州発祥。もちもちとした食感とマイルドで爽やかな酸味が特徴的なフレッシュなソフトチーズ。山羊乳を使用したものも流通している。(ストラッキーノ→P.21参照)

乳種



マスカルポーネ Mascarpone

生クリームをたっぷり使用したフレッシュチーズ。スペインのある総督が「なんて美味しい!」と叫んだ言葉が名前の由来ともいわれる。ティラミスの材料としても有名。

乳種



モッツアレッラ Mozzarella

名称は、熱々の生地を「引きちぎる(モツァーレ)」に由来。様々な乳から造られ、牛乳製は「フィオル・ディ・ラッテ」、水牛乳製は「ブファリーナ」と呼ばれる。

乳種



プローヴォラ Provola

南イタリア伝統の洋梨型パスタ・フィラータチーズ。名称は、製造中に生地の伸び具合を確かめる「試し(プローヴァ)」に由来。熟成期間は24時間〜10日間が一般的だが、最長6ヶ月のものもある。

乳種



プローヴォローネ Provolone

南イタリア発祥のパスタ・フィラータチーズが、19世紀のイタリア統一期に北イタリアへ伝わり誕生したチーズ。名称は、小型のプローヴォラに対して「大きなプローヴォラ」を意味することに由来。

乳種



リコッタ Ricotta

「再び煮る」の意。チーズ製造時に残ったホエイ(乳清)を加熱し、熱によって凝固させるフレッシュタイプの乳製品。牛乳が主流だが、羊、水牛、山羊乳でも造られる。ふわっとした食感と甘みが特徴。

乳種



ロビオラ Robiola

ピエモンテ州などで造られる小型の円盤型のソフトチーズ。熟成すると表面が赤くなることから、「赤みを帯びた色(ルビー)」を意味する言葉が名前の由来となった。

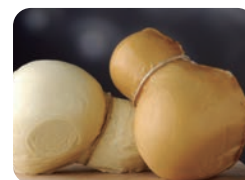
乳種



スカモルツァ Scamorza

南イタリア各地と中部イタリアの一部で造られているパスタ・フィラータチーズ。未熟成と短期熟成の2タイプがある。燻製仕上げのスカモルツァ・アッフミカータも人気。

乳種



ストラッキーノ Stracchino

13世紀北イタリア発祥の伝統なフレッシュチーズ。名称は、山からの移動で「疲れた」(ロンバルディアの方言で"stracch")牛の乳で作られたことに由来。クリーミーで軽やかな味わいが特徴。

乳種



トミーノ Tomino

トミーノとは小さな円盤型のソフトチーズのことをいう。牛乳製の他、羊乳、山羊乳またはこれらを混ぜたものもある。最近の水牛乳製もある。

乳種



“酔っ払い”チーズ Formaggio ubriaco

熟成したチーズをさらにワインやブランデーなどの酒やブドウの搾りかすなどで風味づけし追熟したチーズ。ソフトからセミハード/ハードまでさまざまなタイプのチーズが加工される。

乳種



イタリアチーズ用語集

	イタリア語	意味
アッフミカート／アッフミカータ	affumicato / affumicata	燻製された
アルペッジョ	alpeggio	アルプスでの高地放牧
ヴァッカ、ムッカ	vacca, mucca	雌牛
ヴェッキオ／ヴェッキア	vecchio / vecchia	長期熟成した
カープラ	capra	雌山羊
サラート／サラータ	salato / salata	塩漬けた
スタジオナート／スタジオナータ	stagionato / stagionata	熟成した
テーネロ／テーネラ	tenero / tenera	柔らかい
ドゥーロ／ドゥーラ	duro / dura	硬い
ドルチェ	dolce	マイルドな
ピッカンテ	piccante	ピリッとした
ブーフアラ	bufala	雌水牛
フレスコ／フレスカ	fresco / fresca	新鮮な、フレッシュな
ペーコラ	pecora	雌羊
ペペ	pepe	胡椒
ラッテ	latte	乳



NOTE



『おいしくたのしいイタリアチーズ』公式サイト
イタリア産チーズのレシピを掲載しております。



ice-tokyo.or.jp/italia-cheese/



ITALIAN TRADE AGENCY
Trade Promotion Section
Embassy of Italy
イタリア大使館 貿易促進部

イタリア大使館 貿易促進部は、イタリアの政府機関です。

活動の主な目的は、世界市場においてイタリアの貿易、商業の促進・発展・振興を図り、ひいてはイタリア企業・産業の国際化を推進することにあります。

これにあたり、毎年多彩なプロモーション事業を実施し、多くのイタリア企業にサービスと支援を提供しています。

また、イタリア企業やイタリア各州政府、商工会議所、経営者団体、その他のイタリア官民間連組織と連携を取りながら、「メイド・イン・イタリア」製品のイメージアップや、外国資本の投資先としてのイタリアのPRも行っています。

文・監修：村瀬美幸

一般社団法人日本チーズアートフロマジェ協会副理事長
世界最優秀フロマジェコンクール2013優勝

発行：イタリア大使館 貿易促進部
〒107-0062 東京都港区南青山1-1-1 新青山ビル西館16階
Tel 03-3475-1401 Fax 03-3475-1440
e-mail tokyo@ice.it
URL <https://ice-tokyo.or.jp>