



# HAGGIS RECIPE

Traditional Haggis Recipe

## 材料

羊の胃袋 (ハチノス)	1 個
羊のタン	1 本
羊の肝臓	100 g
羊の心臓	100 g
羊の肺臓	100 g
羊肉	100 g
羊脂	100 g
オートミール	100 g
A 玉ねぎ	2 個
塩	重量の 2%
胡椒	重量の 0.5%

## 調理手順

1. 内臓類を十分に洗う
2. A以外の材料を鍋にいれ多めの水で茹でる
3. アクが出てきたら、アクごとお湯を捨てる
4. 新しい水で再び茹でる
5. 沸騰したら弱火で1時間茹でる
6. 茹で終わったら材料をざるにあけて水を切る
7. 茹でた材料と玉ねぎをフードプロセッサーで微塵切りにする
8. オートミール、羊脂と7の重量を計り塩胡椒の量を計算する
9. 塩胡椒を材料に加えてよく混ぜ合わせる
10. 胃袋に9をつめこみ、胃袋の穴を紐やタコ糸などで縫う
11. 鍋に10とたっぷりの水をいれて、2時間煮込む
12. 煮込み終わったら、お湯をきって、皿に盛り付ける
13. ハギスに捧げる詩を朗読し、ハギスをナイフで切れば完成



上記の材料はあくまで目安で、本場のレシピも内臓の割合は適当です。スコットランドでは付け合わせにマッシュポテトとマッシュスウィードをつけるのが一般的ですが、マッシュポテトだけでも十分美味しいです。あわせるウイスキーは、ピート香を感じるスモーキーなアイラモルトがおすすめです。余った場合は、コロッケ風や春巻きの皮で包んで揚げたりしても美味しいです。

## What is Haggis

イギリスの最北端にある国、スコットランド。そのスコットランドで最も有名な郷土料理がハギスです。茹でた羊の内臓と肉のミンチに玉葱やオートミールなどを合わせて羊の胃袋につめた料理です。海外からはヨーロッパ随一のゲテモノ料理と言われているが、スコットランドでは肉屋の総菜で売られているほどポピュラーで親しまれている料理です。本場ではスコッチウイスキーを振りかけて食べます。



## ハギスを味わいにスコットランドへ。

本場のハギスを味わうためにスコットランドを訪れ2大都市のエディンバラとグラスゴー、そしてウイスキーの聖地、アイラ島でハギスを味わってきました。特に感動したのが、アイラ島にあるアードベック蒸留所に併設されたレストランで食べたハギスプレートです。羊肉や内臓の風味が個性的なアイラモルトの香りはベストマッチでした。昔はゲテモノ料理呼ばわりされていたかもしれませんが、今はソースや盛り付けが洗練されていて観光客にも人気の料理になっていました。本場のスコッチをかけて食べたハギスは忘れられない味になりました。

## バーンズナイトにはハギスを食べよう。

バーンズナイトとは、スコットランド詩人のロバート・バーンズの生誕や詩をお祝する日です。イギリス全土で1月25日前後に毎年行われます。そこで振舞われるメインディッシュが「ハギス」です。バグパイブの先導でハギスが入場するとバーンズが作詞した「ハギスに捧げる詩」が朗読されたらハギスにナイフ入刀。スコッチウイスキーを片手にハギスを味わおう。



## エディンバラで食べた ハギスボール

イギリスでは定番のイングリッシュブレックファーストにもハギスが入っていました。



## グラスゴーで食べた ハギス

おしゃれなレストランでもハギスを食べることができます。ホワイトウイスキーソースをかけて食べました。



## エディンバラで食べた テイクアウトハギス

テイクアウトでも人気のハギス。赤ウィングレイビーソースが激旨だった。