

令和3年全国学校給食週間

世界の料理

1月24~30日の一週間は全国学校給食週間です。

今回はオリンピックにちなんで、世界の料理をテーマに

5カ国の料理が登場します。

給食で、世界の料理の味を体験してみましょう。

英語でおいしい **イギリス: Delicious(デリシャス)**

献立: 食パン/アルファベットスープ/フィッシュアンドチップス/ブロッコリーサラダ

イギリスは、海に囲まれているため新鮮な魚介類がたくさんとれます。国の約半分が牧草地のため、肉類や乳製品なども豊富です。「ローストビーフ」や「フィッシュアンドチップス」など伝統的なイギリス料理はこの肉や魚を使ったものが多くあります。チップスというと日本ではポテトチップスを想像しますが、イギリスではフライドポテトのことをいいます。



ロシア語でおいしい **ロシア: Вкусно(フクスト)**

献立: ビーフストロガノフ/オリビエサラダ/シャルロットカ風ケーキ

北国であるロシアでは煮込みやスープが良く食べられており、ビーフストロガノフのほかにもキャベツを煮込んだスープの『シチー』や、ビーツという赤紫色の野菜を使用した『ボルシチ』というスープが有名です。

ロシア人はマヨネーズが大好きで消費量は世界一だそうです。寒冷地のロシアではマヨネーズのようなカロリーの高い食品が好まれ、オリビエサラダにもマヨネーズがたっぷり使われています。ふつうのマヨネーズのほか、トマト味やニンニク味などさまざまな種類のマヨネーズが売られているそうです。



スペイン語でおいしい **スペイン: rico(リコ)**

献立: バエリア/スパニッシュオムレツ/豆とトマトの煮物



スペイン料理に欠かせないのがオリーブオイル。国内のほとんど全土でオリーブが栽培されていて、オリーブオイルの生産量は世界一です。料理に使う油というだけでなく、コクを出す調味料としての役割も果たしています。にんにくやトマト、玉ねぎもスペイン料理によく使われる大切な食材です。

アラビア語でおいしい **エジプト: لذيذ(ラディース)**

献立: コシャリ/ほうれん草のスープ/グリーンサラダ

アフリカ大陸の北東に位置するエジプトは国土の9割以上が砂漠地帯で、乾燥した厳しい気候です。雨は一年中ほとんど降らず、晴天の日が続きます。エジプト料理には、玉ねぎやにんにく、にらなどの香味野菜やクミンやコリアンダーなどのスパイスが多用されますが、古代エジプトの頃からこれらには薬効があるとされ、利用されていました。コシャリは街で気軽に食べられるエジプトの国民食で、現地では配膳後に酢や辛いソースをかけて好みの味にして食べるそうです。

アルメニア語でおいしい **アルメニア: Համեղ(ハメーグ)**

東京オリンピック・パラリンピック競技大会推進本部より、南会津町がアルメニア共和国のホストタウンとして登録されました。アルメニアの料理は食材をピューレにしたり、包んだり調理法もバラエティに富んでいます。小麦、大麦、米などの豊富な穀物類のほか、肉や魚を調理する際に干しブドウやあんず、ザクロなどの果物を味付けによく加えるのもアルメニア料理の特徴で、料理には複雑で手間がかかるものがおおいです。

中国語でおいしい **中華人民共和国: 好吃(ハオチー)**

献立: 麻婆豆腐/中華風サラダ/フルーツ杏仁

中国は国土が広いので、地域によって食べ物の味も違います。有名なものだと北の北京料理は、寒いのでこい味付けが特徴で、北京ダックやジャージャー麺などがあります。気温が高く雨が多い内陸の四川料理は食欲が増すように唐辛子や山椒などの香辛料を使う辛い料理が多く麻婆豆腐やタンタンメンなどがあります。中国東部の上海料理は魚介類を豊富に使った料理が多く、味付けはどちらかというと薄味で、酢豚やかに玉などがあります。南部の広東料理はあっさりした味が特徴でシューマイやワンタンメンも広東料理のひとつです。



北京料理  
四川料理  
上海料理  
広東料理



国名の後ろに各国の『おいしい』を表現する言葉をのせました。声に出していきましょう！