

きゅうしょくしつからのおしらせ

きょうのもりつけ

れいわ ねん
令和5年

10月23日(月)

オニオンライス

ペピアン

しろ まめ
白いんげん豆のサラダ



きゅうにゅう
牛乳

ちよつとメモ

きょう 今日(きょう)は“グアテマラ料理(りょうり)”です。グアテマラの正式(せいしき)な国名(こくめい)は『グアテマラ共和国(きょうわこく)』で、中央(ちゅうおう)アメリカとメキシコの南東部(なんとうぶ)に接(せつ)する国(くに)です。“ペピアン”とは、肉(にく)と野菜(やさい)を煮込(にこ)んだシチューのような料理(りょうり)で、グアテマラを代表(だいひょう)する料理(りょうり)のひとつです。本場(ほんば)では、かぼちゃの種(たね)やシナモンなどの香辛料(こうしんりょう)も入(い)れて煮込(にこ)みます。トルティーヤというとうもろこし(とうもろこし)から作(つく)られる薄型(うすがた)のパン(ぱん)などを主(しゅ)食(しょく)にする国(くに)ですが、今日(きょう)は“オニオンライス”に添(そ)えて食(た)べます。あまり馴染(なじ)みのない異(い)国(こく)の料理(りょうり)ですが、ぜひ(ぜひ)、味(あじ)わって食(た)べてみてくだ(くだ)さい。