

食育つうしん

7月

発行：大阪市立 東 中学校

世界の料理について知ろう！

現在、世界には 190 あまりの国があります。現代は、日本でも手軽に海外の料理を食べられるようになりました。外国の料理とは気がつかずに、食べていた料理もあるかもしれませんね。諸外国の料理にはどのようなものがあるのか見てみましょう。

ロシア

・ボルシチ

ビーツという赤くて甘い野菜を使った煮込み料理。

・プロフ

米や肉、野菜で作った炊き込みご飯。

韓国・朝鮮

・プルコギ

うす切りの牛肉と野菜を甘辛いたれで炒めたもの。

・クッパ

スープとご飯を組み合わせたもの。

アメリカ

・コーンブレット

とうもろこしの粉を使ったパン。

・ターキー

七面鳥の丸焼き。アメリカの感謝祭の時に食べられる。

イギリス

・フィッシュアンドチップス
タラなどの白身魚をあげたものに、フライドポテトを合わせたもの。

・シェパーズパイ

ミートソースにマッシュポテトをのせたグラタン。

中国

・北京ダック

アヒルを丸ごと焼いたもの。

・ジャージャーめん

豆板 醤 や甜麵 醤 で味付けした肉みそを、ゆでた中華めんの上にのせたもの。

ブラジル

・コシーニャ

ほぐした鶏肉をポテト生地で包みあげた、ブラジル風のコロッケ。

・シュハスコ

塩をまぶした肉の塊を串に刺して炭火で焼いたもの。

*給食に出てくる世界の料理

韓国・朝鮮料理

ビビンバ

トック

プルコギ

など

中国料理

マーボー豆腐

酢豚

タンタンめん

など

イタリア料理

ピザ

スパゲッティ

ミネストローネ

など

フランス料理

マリネ

グラタン

クラフティ

など

*世界の三大食作法

食事の方法には、主に三通りあります。

手食

東南アジア、中近東、
アフリカなど世界全体の
約 40%を占めます。

はし食

中国、朝鮮半島、日本、
台湾、ベトナムなど世界
全体の約 30%を占めます。

ナイフ食

(ナイフ・フォーク・スプーン)

ヨーロッパ、ロシア、
南北アメリカなど世界
全体の約 30%を占めます。