

食育つうしん

7

月

発行：大阪市立新東淀中学校

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。

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。

韓国・朝鮮



- ・ブルコギ
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。

中国



- ・北京ダック
アヒルを丸ごと焼いたもの。
- ・ジャージャー麺
豆板醤や甜麺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。

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。

ブラジル



- ・コシーニヤ
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

ブルコギ

など

中国料理

マーぼーどうふ

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。