

# 献立ひとくちメモ

9月11日(金)



インド料理のお話です。

インドにはさまざまなスパイスやハーブを使った料理があり、地域によって多くのバリエーションがあります。今日の給食に登場する「タンドリーチキン」や「サモサ」は、軽食としてインドで親しまれている料理の1つです。

「タンドリーチキン」は、ヨーグルトと香辛料を混ぜた調味液に肉を漬け込んだ料理で、日本の焼き鳥に近い味付けです。「サモサ」は、肉、じゃがいも、玉ねぎ、豆などをつぶして混ぜた具に、香辛料で味付けし、小麦粉と塩で作った薄い皮で三角形に包んで油で揚げた料理です。インドでは辛いソースにつけて食べる人が多いそうです。