

# 献立ひとくちメモ

7月6日(水)



トルコのお話です。

フランス、中華と並び、世界三大料理の一つであるトルコ料理。トルコ料理の代表的なものはケバブを始めとした肉料理です。昔、トルコ民族は中央アジアからヨーロッパまで移動を繰り返したので、アジアとヨーロッパの文化が混ざり合っています。

トルコは地中海とエーゲ海、黒海に囲まれているため海産物が豊富です。さらに、野菜や豆類もたくさん生産されています。「キョフテ」は、ひき肉を使った肉料理のことで、作り方は日本のハンバーグと似ています。

「メルジメツキチョルバス」は、レンズ豆のスープで、トルコの家庭料理の一つです。トロトロになるまで煮込んであります。