

# 献立ひとくちメモ

2月16日(木)



モロッコのお話です。

モロッコは国名を「モロッコ王国」といいます。大西洋、地中海、サハラ砂漠、アトラス山脈など多種多様な自然が楽しめるリゾート地です。首都はラバト、面積は日本の約1.2倍の大ききで、人口は3500万人以上います。扱う言語は主にアラビア語です。

モロッコ料理はイランやスペインの影響を受けた食文化が多く、トマトやオレンジなど栄養価が高く色鮮やかな食材を多く使います。カラフルなスパイスをたっぷり使った「チキンタジン」や、ひよこ豆を使ったスープ「ハリラ」などは、モロッコでは定番料理です。「チキンタジン」には、酸味が少なく甘味のあるフルーツレモン(八丈島産)を使っています。