

献立ひとくちメモ

9月5日(火)



世界の料理のお話です。



今日はシンガポールの料理が登場します。シンガポールは治安が良く、世界の中でも住みやすい国です。日本と同様、水道水も飲めるなど衛生面も清潔で、ごみが落ちていないきれいな国です。

チキンライスは、ゆでた鶏と、そのゆで汁で調理したご飯を一緒にお皿へ盛り付けた料理で、シンガポールやマレーシア、タイなどの東南アジアでは定食としてよく食べられています。シンガポールでは、「海南鶏飯(ハイナンジーファン)」と呼ばれています。

ナンプラーとは、魚を発酵させて作った魚醤のことで、エスニック料理には欠かせない調味料です。