

献立ひとくちメモ

9月28日(木)



東南アジア料理のお話です。

ナシゴレンは、インドネシアやマレーシアでよく食べられている焼き飯のことです。インドネシア語で「ナシ」は「飯」、「ゴレン」は「揚げる」という意味です。見た目は日本のチャーハンをあまり変わりませんが、にんにく、トウガラシ、サンバル、ナンプラー、ケチャップマニスなど現地特有の香辛料を使っているのが特徴です。



バナナルンピアはフィリピンのおやつで、具を春巻きの皮で包み、それを揚げる料理です。ハワイでもとても人気があります。

「ルンピア」とは春巻きのことを指し、バナナ以外にも、りんごやチーズなどいろいろなものを巻いて食べているそうです。給食ではバナナやりんご、さつま芋などを使うことが多いです。