

献立ひとくちメモ

3月6日(木)



タイは国名を「タイ王国」といいます。首都
東南アジアのほぼ中央に位置し、国境をミャンマーやラオス、カンボジア、マレーシアと接しています。南北に細長いタイでは、地域によって食べ物もさまざまです。北部ではマイルドな味が多く、鶏肉を炭火焼きにした「ガイヤーン」や、青パイヤのサラダ「ソムタム」などがあります。南部ではスパイスを使った辛い料理が多く、ピーナッツを加えた「マッサマンカレー」などが有名です。

ガパオライスとは、タイ料理の一種である「パッガパオカイ」をもとに、日本人が食べやすいようにアレンジした料理です。「ガパオ」とはハーブの名前で、バジルの一種のことです。「ヤムウンセン」は春雨サラダのことです。タイ語でヤムは「和える」、ウンセンは「春雨」という意味です。ナンプラーで味付けしています。ナンプラーはイワシで作ったしょうゆのような調味料で、エスニック料理に欠かせません。