

献立ひとつくちメモ

2月5日(木)



今日はシンガポール料理

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。中華、マレーシア、インド、西欧などの食文化が融合した国です。特に、中華やマレーシア料理が多いです。

ハイナンジーファン（海南鶏飯）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、東南アジアでは定食としてよく食べられています。

エコノミー・ビーフンは、ビーフン炒めのことです。シンガポールやマレーシアでは朝食などによく食べられています。

ユイーミーゴン（栗米湯）は中華風のコーンスープのことです、日本では「スミータン」とも呼ばれています。