

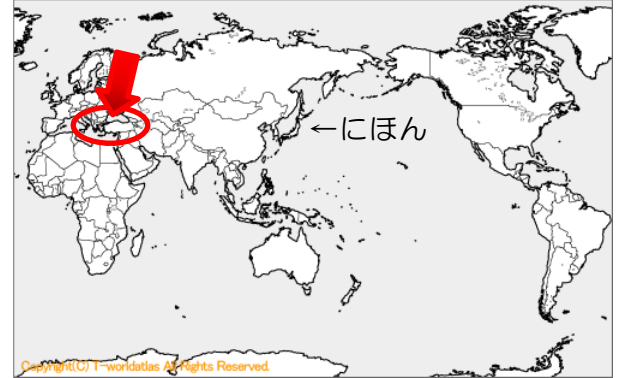


せ かい りょう り 世界の料理

2021年9月7日



トルコ



まめ
ひよこ豆のスープ

ふう
ケバブ風チキン

チョコバンサラダ

まめ ＜ひよこ豆のスープ＞

ひよこ豆は、トルコでうまれました。くちばしがついているような「ひよこ」の頭に似ている形であることから名づけられました。スペイン語で「ガルバンゾ」と言われています。大豆に似ていて、ホクホクとしてやわらかくたんぱく質の多い豆です。



ふう ＜ケバブ風チキン＞



ケバブは、トルコで肉、野菜、魚を焼いて食べる料理のことを言います。代表的なケバブは、左の写真のような「ドネルケバブ」です。今日のケバブ風チキンは、オールスパイス、クミン、バジルで下味をつけました。オーロラソースと一緒に食べましょう。

＜チョコバンサラダ＞

羊飼いのサラダという意味のトルコ定番のサラダです。さいの目切りにした野菜と、トルコ特産のオリーブオイルとレモンでさっぱり味に仕上げたサラダです。



トルコにまつわるクイズ

・トルコでうまれたものはどれでしょうか？

- ① ヨーグルト ② チューリップ ③ ピザ



トルコ料理の王様
1701年