

Aは1月29日(水) Bは2月5日(水)のタイ献立について

タイ語で「美味しいです」
อร่อย (アロイ)

タイについて



✈️ おたる 小樽からタイへ行くには
やく 約12時間かかります。

🕒 おたる 小樽とタイは2時間の時差があります。
(おたるのほう時間が進んでいます。)

タイは東南アジアの中心にあります。気候は熱帯性気候で、
ねんかん 年間の平均気温は約29度、冬の朝や夜は約17度になるそうです。

げんご 言語はタイ語で、観光地のレストランやホテルでは英語も
つう 通じるそうです。



ランタン祭り



トゥクトゥク

タイの食について

タイ料理は、辛味や甘味、塩味とハーブの香りが特徴的です。

○北部…マイルドな味付けの料理が多い。(ハーブソーセージのサイウアなど)

○東北部…味が濃く辛い味が特徴。(青パパイヤサラダのソムタムなど)

○南部…海に面しているため魚介類が豊富で、スパイスを使った辛い料理が多い。(カレーなど)

○中央部…すべての地域の影響を受けながら比較的マイルドな料理が多い。細長いうるち米と食べる料理が一般的。(トムヤムクン、
マッサマンカレー、グリーンカレーなど)

せかいさんだいい 世界三大スープのひとつとされている「トムヤムクン」は「トム(煮る)」、「ヤム(混ぜる・和える)」、「クン(エビ)」という意味があります。

かんきつ かんきつ類の酸味と唐辛子の辛味のあるスープに野菜やきのこ、エビが入っています。2024年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。

今回の献立について

・ガパオライス→タイではガパオライスのことを「カウパッガパオガイ」と言います。「カウ(ごはん)」、「パッ(炒める)」、「ガパオ(ホーリーバジル)」「ガイ(とり肉)」を意味しています。味付けは、ナンプラー(魚を発酵させて作った調味料)を使うことが特徴です。

・ヤムウンセン→ヤムウンセンは、春雨と魚介、野菜やパクチーを和えて作るタイの定番料理です。「ヤム(和える)」、「ウンセン(春雨)」を意味しています。日本で食べられている春雨サラダとは違い、温かいまま食べるのが特徴です。給食ではパクチーや香草は使用していませんが、レモン汁で味付けをしています。



タイ



ガパオライス



ヤムウンセン



トムヤムクン



マッサマンカレー



ソムタム