ジョージアの食文化

東にアジア、西にヨーロッパ、南に中東、北にロシアという位置にあり、様々な地方の特性を含んだ料理が多い。

ソ　コ

ジョージアではチーズの生産が豊富で、西部サメグレ地方の“スルグニ”というチーズを“きのこのソテー”にのせて、オーブンで焼いた料理を「ソコ」と呼びます。北海道シュレッドチーズを使って作りました！

オジャクリ

ジョージアの代表料理！
ジョージア風ジャーマンポテトと言われる豚肉と野菜とポテトの炒め物。ワインビネガーでさっぱり食べられる味です。

ヒンカリ

肉汁たっぷりジョージア風小籠包
見た目は小籠包そのままです。
中に肉と野菜（じゃがいもやきのこ、チーズ）が入っています。火傷に気をつけながら、味わいましょう！

アルゼンチンの食文化

南アメリカ大陸南東部にあり、世界的にも１、２を争う牛肉消費国です。甘いお菓子も愛されています。マテ茶も有名！

ロ ク ロ

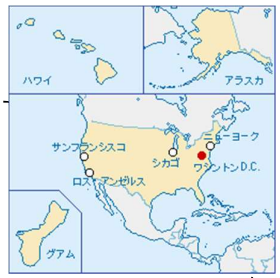
北西部サルタ地方の料理
つぶした白とうもろこしを長時間煮込み、肉や野菜を入れたものです。
白インゲン豆やかぼちゃ・さつまいもを使用して、塩、こしょう、バジルペースト、パプリカパウダーで味付けました。

エンパナーダ

アルゼンチン中央部の料理
半円形のパイ。具は肉（牛肉・鶏肉）・ハム・チーズ入り）・野菜だけ（とうもろこし・玉ねぎなど）があります。

ス ル ビ

アルゼンチン北東部の料理
先住民と移民の料理が混ざり合っています。なまずのような形で河の深いところに棲み、少し黄色を帯びた身で脂ののったおいしい魚です。



アメリカの食文化

世界各国からの移民と先住民の食文化が

融合して新たな郷土料理となりました。

（パエリアをアレンジしたジャンバラ等）

チリコンカン

家庭でよく作られている煮込みスープです。具材はキドニーという名前の豆、ひき肉、玉ねぎ、パプリカなどお好みで選びます。味は主にクミンなどのスパイスを使っているため香りもよく、食欲をそそる一品です。

ガ ン ボ

アメリカ、ルイジアナ州発祥のシチュー
魚介類や牛の濃い目のスープに肉類、エビなどの甲殻類を加えて、ピーマン、セロリー、玉ねぎなどを加えて、煮込む料理です。

ハンバーガー

アメリカの定番料理
ボリュームたっぷりの肉（ハンバーグ）とチーズ、新鮮な野菜（レタス・トマト・ピクルス）をパンに挟んで食べます。
口を大きく開いて食べましょう！
つけ合わせは“フライドポテト”。

ウルグアイの食文化

隣国アルゼンチンと同じく大畜産国である

歴史を反映して、ウルグアイではアサードや

チュラスコ、チョリソなど肉を多く食べる。

アサード　チミチュリ

牛や羊の肉を鉄製のグリルで豪快に焼き、“チミチュリ”という酢と野菜がたっぷり入った南米のソースをかけた料理です。余分な脂が落ち、素材の旨味が凝縮されて風味が際立ちます。

パスクアリーナ

ほうれん草と卵のパイです。当初は、イースターの時に作られていました。
今では、日曜のランチなど時間に余裕のある時に作られる家庭のご馳走です。
味付けはシンプルな塩味！

デュルセ・デ・レチェ

牛乳と砂糖をキャラメル状に煮詰めたものです。クレープに包んだり、パンやクラッカーに塗って食べます。
お菓子の材料、プリンやアイスクリームのトッピングにも使われます。