



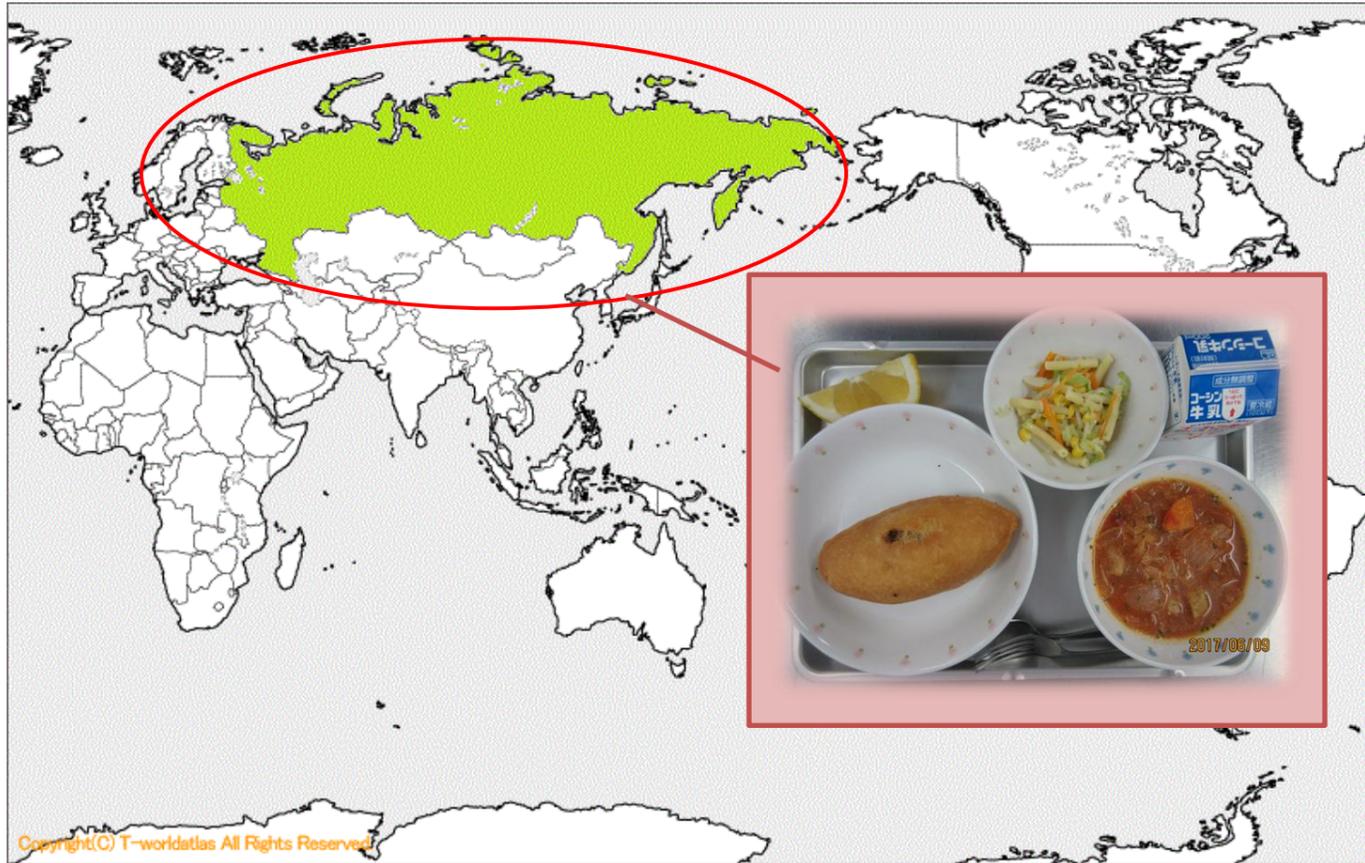
6月9日（金）

きゅうしょくしつ
給食室からみなさんへ

今日の給食は、ピロシキ・ボルシチ・マカロニサラダ・河内晩柑・牛乳です。
今日はロシア料理です！！

●位置・地形

ロシア連邦ってどんな国？



ロシア連邦（以下ロシア）はユーラシア大陸北部にあります。面積は、世界一位を誇る約 1,710 万平方キロメートルで、日本の 45 倍もあります。

首都はモスクワ、日本との時差はありません。人口は 1 億 4,651 万人（2016 年 1 月時点）です。

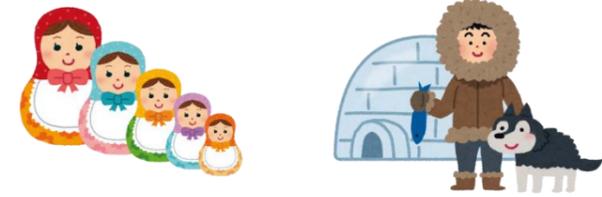
●気候



基本的に大陸性の気候なので、夏と冬の気温差が大きく、特に北極海に面した地域では氷点下の厳しい寒さが半年以上続きます。極東のオイミヤコンという町では、1926 年に -71 度を記録し、北半球で最も寒い場所になりました。

寒い地域では、ツンドラという草原地帯が広がっています。寒すぎて木が育たないので、コケ類や灌木が生えています。南に行くと、タイガという針葉樹林の森林があります。

●民族・文化



ロシアには 182 の民族がいます。80%はロシア民族ですが、広い国土には様々な文化が息づいています特に東部地方にはアジア系の民族が住んでおり、街の雰囲気や人々の様相が西部と異なります。

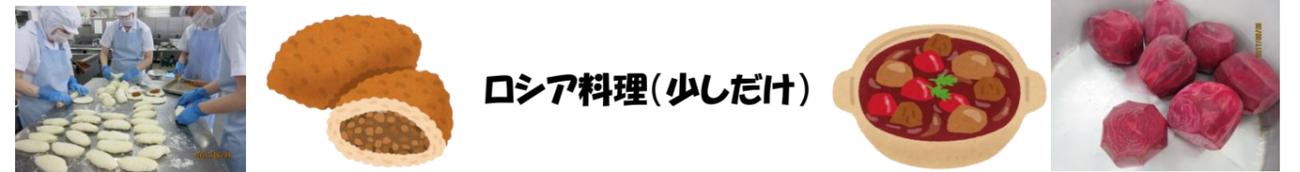
●食文化



食卓には常にライ麦パンがあり、ジャムやチーズ、サラミなどをのせて食べます。放牧が盛んなので、チーズやヨーグルトなどの乳製品と、ソーセージやハムなどの肉加工製品がたくさんあります。食事には、野菜がたっぷり入った煮込み料理やスープが付きます。具がたくさん詰まった揚げパン(ピロシキ)も、食事やおやつによく食べられます。

～寒い寒い冬にそなえて～

ロシアはユーラシア大陸の北部一帯を占める広大な国家で、寒冷ゆえ人が住めないところが多い国です。作物は、キャベツなど限られた少ない品目しか育たず、古くは、人々は狩猟や牧畜をし、魚やきのこやきびや獣を得て、暖炉の熱でパンを焼き、暖炉の釜でスープを作り、夏の間保存食を仕込んで暮らしてきました。



ロシア料理(少しだけ)

ピロシキ・・・ピロシキ(пирожки) は、小さなパイを意味するロシアの調理パン。

小麦粉を練った生地色々な具材を包み、揚げるかオーブンで焼いてつくります。
暑い中ひとつひとつ丁寧に調理員さんが作ってくれました！
給食室手作りの味を楽しんでください♪

ボルシチ・・・ボルシチ(борщ) は、ロシア料理のひとつと思われていますが、厳密にはロシア料理ではありません。実際はウクライナやポーランドの民族料理です。鮮やかで独特な深紅色をした、ボリュームたっぷりの煮込みスープです。

この赤さは、ビートという野菜から出ています。切っただけでまな板・包丁が真っ赤になるぐらい色が出ます。



●ロシアとオリンピック・パラリンピック



夏季大会では陸上、レスリング、体操、冬季大会ではフィギュアスケート、クロスカントリーで多くのメダルを獲得しています。

開催地としては、2004年、冬季オリンピック・パラリンピックがソチで開催されました。

