



9月14日(木)

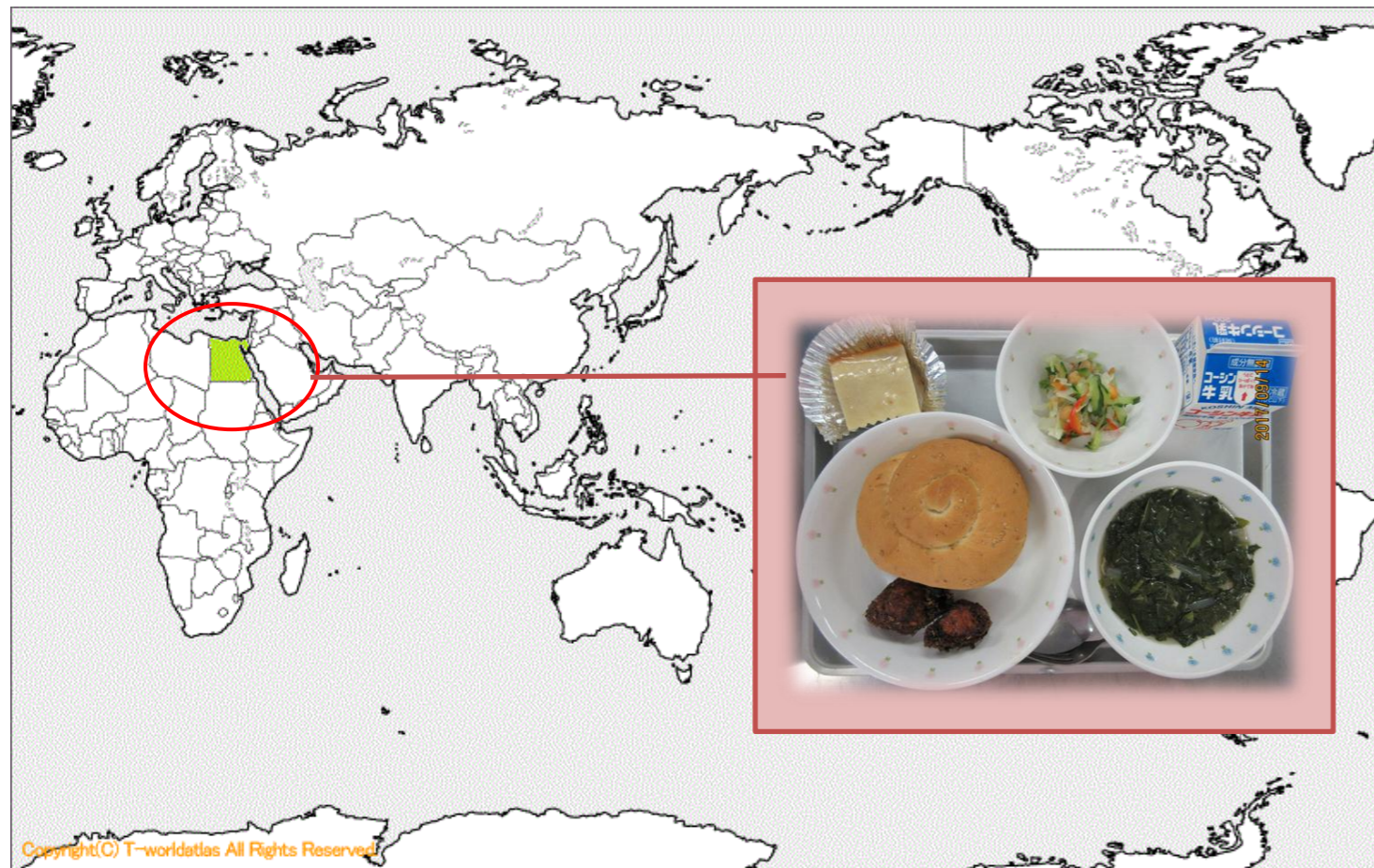
きゅうしょくしつ
給食室からみなさんへ



今日の給食は、セサミパン・フィラハバーネ・エジプト豆のサラダ・モロヘイヤスープ・バスプーサ・牛乳です。
今日はエジプト料理です！！

エジプト・アラブ共和国ってどんな国？

●位置・地形



国土の大部分が砂漠です。エジプトはナイルの賜物という古代ギリシアの歴史家ヘロドトスの言葉で有名なように、エジプトは豊かなナイル川のデルタに支えられ古代エジプト文明を発展させてきました。エジプト人は紀元前 3000 年頃には早くも中央集権国家を形成し、ピラミッドや王家の谷、ヒエログリフなどを通じて世界的によく知られている高度な文明を発達させました。首都はカイロ、人口は約8206万人です。



●気候

国土の大半が砂漠気候のエジプトでは、雨はほとんど降りません。夏は大変暑く、冬は温暖ですが、一日の気温差が激しいのが特徴です。



●民族・文化

エジプト民族が現在のエジプトの主流派を占める民族です。古代エジプト人と主にアラブ民族の流入を経て形成された民族です。ギリシャ民族系やトルコ民族系のエジプト人も認められます。



●食文化

国土の大半が砂漠で周辺の国とも砂漠で隔絶されたため、エジプトは、他のどの国とも同一でない、独自に発展した食文化を有しています。

エジプト人にとって“食”はとても大切なものでその文化はとても大切にされています。エジプトはオスマントルコやイギリスの支配下にあったのでそれらの食文化が混ざっています。エジプトの食材は、美容や健康にとっても良く古代ローマ時代から受け継がれる伝統料理を楽しむことができます。

エジプト料理にはトマトが良く使われ、コリアンダーやクミン、ブラックペッパーなどのスパイスがよく使われます。

豆や野菜を使ったヘルシーな料理が数多くあり、味はマイルドです。



エジプト料理(少しだけ)



ごま・・・ 紀元前 4000 年につくられたピラミッドからゴマが発見されており、古代エジプトでは食用、灯火用、香料、ピラミッドの防腐剤などに使われていたといわれる。

エジプト豆・・・メソポタミア地方原産の豆。よくよばれる名前は、ひよこ豆！

モロヘイヤ・・・高温で乾燥地帯でも育つ生命力の強い野菜。クレオパトラも好んで食べたといわれており、エジプト生まれの「モロヘイヤ」は、アラビア語で、「**王様の食べる野菜**」という意味。

フィラハバーネ・・・エジプトのチキンカツ。チキン=フィラハ。

バスプーサ・・・アラビア料理で伝統的なケーキ。セモリナか穀粉をシロップに漬けて作る。トルコを中心にオスマン帝国の領土だった国や地域で、食されている料理。



●エジプトとオリンピック・パラリンピック



これまで最も多くメダルを獲得した夏季オリンピックは、1936年ベルリンオリンピック、1948年ロンドンオリンピックおよび2004年アテネオリンピックの5個で、最も多くのメダルを獲得した夏季オリンピック競技は重量挙げの9個です。他には、レスリングやボクシング、飛び込みなどでメダルを獲得しています。冬季オリンピックでのメダル獲得はまだないようです。

パラリンピックでは、両腕がない卓球選手が、口でラケットを加えて卓球をするプレースタイルで話題になりました。