

「ワールドツアー2026<sup>こんだて</sup>献立」

7月<sup>がつ</sup> メキシコ

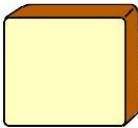
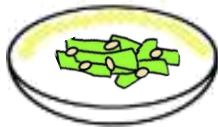


メキシコの地図<sup>ちず</sup>



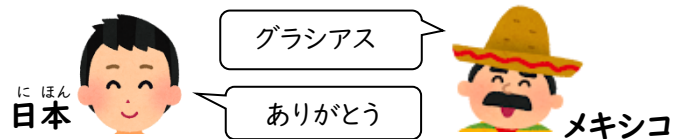
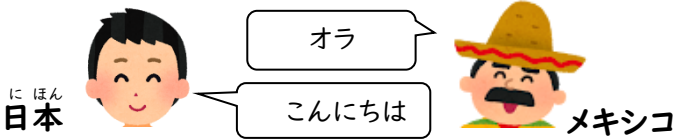
ひき肉と豆のトマト煮込み<sup>にく まめ にこ</sup>  
(ピカディージョ)

A地区9日(木)  
B地区3日(金)<sup>ちく か もく</sup>



ひきにくとまめのトマトにこみ (ピカディージョ)

世界の国のあいさつ ~メキシコ(公用語は、スペイン語です)~



今月は、メキシコの料理「ひき肉と豆のトマト煮込み(ピカディージョ)」を取り入れています。

「ピカディージョ」とは、牛や豚のひき肉と野菜をスパイスのきいたトマトソースで煮込んだ、メキシコの代表的な家庭料理です。タコスやトルティーヤの具材として、またご飯と一緒に食べられる、甘辛い味付けが特徴です。

給食では、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、大豆、レンズ豆などの食材を使い、トマトピューレやケチャップ、ソースなどで煮込み、クミンやパプリカというスパイスで仕上げました。

メキシコの料理を味わっていただきましょう。



メキシコの紹介<sup>しょうかい</sup>



メキシコの首都はメキシコシティで、面積は約196万平方キロメートルあり、日本の5倍ほどの大きさです。人口は約1億3200万人の国です。

【メキシコの食文化】<sup>しょくぶんか</sup>

メキシコの食文化は、古代アステカ・マヤの文化とスペインの文化が合わさって生まれた独自の歴史があります。(2010年ユネスコ無形文化遺産) 「トウモロコシ、チレ(唐辛子)、フリホール(豆)」を使った料理が基本で、タコスは国民食とも言われます。辛味だけでなくライムの酸味やハーブを効かせ、スパイシーで風味豊か、具たくさんな料理が特徴です。

