

6月 世界味めぐりの旅

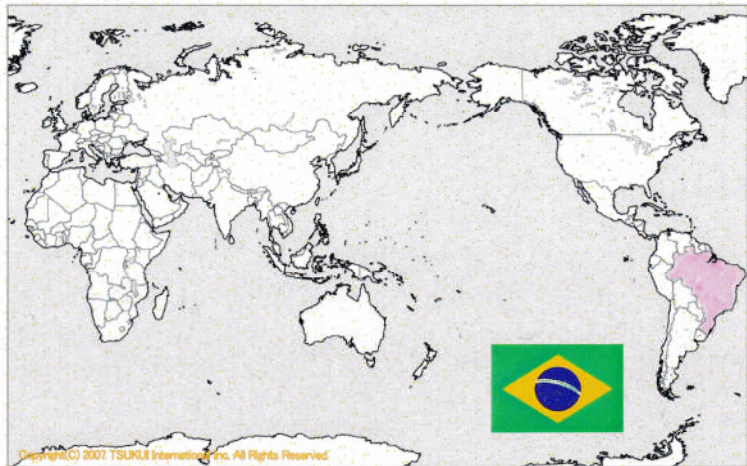
~ブラジル~



ブラジルは南アメリカ大陸の約半分に
 あたる国土に、先住民をはじめ、入植して
 きたポルトガル人、奴隷として連れてこられた
 アフリカの人々を中心に、イタリア、ドイツ、日本など
 からの移住民も加わり、たくさんの民族が住んで
 いる。広い国土には、アマゾン川流域の熱帯
 雨林やブラジル高原が広がっている。

Menu

牛乳の太いセリオン 牛乳
 フランゴハッサーニョ
 (ブラジル風からあげ)
 タッポリー チーズ
 (トマトときゅうりのサラダ)
 フェイジョアーダ
 (豚肉と豆の煮込み)



ブラジルの食事

ブラジルでは一日の中心となる食事は
 昼食のもっとも舟泊的な昼食には
 豆を煮たフェイジョンという料理、肉
 料理、ご飯、それにたっぷりのサラダ
 という組み合わせ。フェイジョンは豆自
 体のこともあり、毎日のように食卓に
 出る食材。これに肉やソーセージを加
 えたものが「フェイジョアーダ」。フェイジョアー
 ダは食べる日が決まっていて、夕方の地
 域では水曜日と土曜日。その他、
 シュハスコという肉料理もブラジルを
 代表する料理のひとつ。

北部 アマゾン川流域の熱帯雨林を中心
 とした食文化には先住民の景観がこく、アマ
 ソン川でとれる魚やマンジョーカ(キャッサバ)とエビれ
 るイモ、ココナッツなどの果物をよく使う。



マンジョーカ



ムスカ

ココナッツミルクで
 魚を煮込んだ
 もの。ヤシ油を
 使うのが特徴。

南部 小麦粉を中心
 とした食事。



フェイジョアーダ



シュハスコ

南東部 チーズなどの乳製品や
 豚肉、豆類

北東部 ヤシ油を使うアフリカの
 影響を受けた料理



ポント・ケージョ

マンジョーカの粉で
 作ったもちとした
 食感のチーズ風
 味のパン。



アカラジェー

豆を使って作った
 生地をヤシ油で
 揚げ、ソースをかけ
 て食べる。