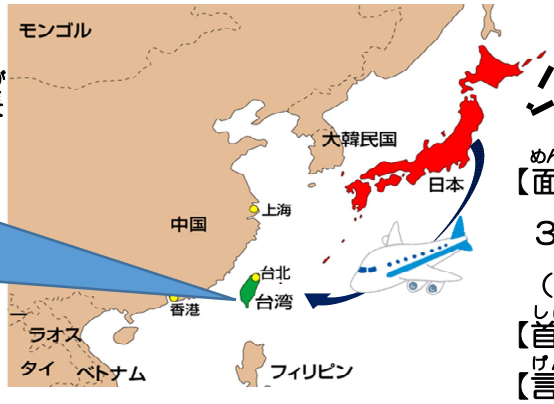
11月

世界の料理の紹介
台湾をたべよう

台湾ってどんなところ？

東南アジアに位置し、中国の東南に位置する南北に細長い台湾島を中心とした島々の名称です。



茨城空港から台北の距離は、約2,165キロメートルで、茨城空港から桃園国際空港（台北）へは、約3時間30分で行きます。
時差は日本の方が1時間進んでいます。

【面積】
３万６千平方キロメートル
（九州地方と同じくらいの大きさ）
【首都】　台北市
【言語】中国語、台湾語、客家語 等

★☆★夜市の屋台★☆★

「夜市」と呼ばれる夕方から深夜にかけてにぎわう屋台街は、１年中さまざまな場所で開かれています。
屋台の主な料理としては、麺類や丼ぶり、スープなど温かい料理が好まれる傾向があります。

☆★☆ 食文化 ☆★☆

◆中国茶と飲茶

台湾料理は、中国料理がベースになっています。台湾では昔から質のいい中国茶が多くとれます。そのお茶を飲みながら、点心（中華まんじゅう、ぎょうざ、しゅうまいなど）を食べる飲茶という習慣があります。

～食べて学ぼう！台湾料理・8日の給食に登場～

● 台湾風からあげ(ジーパイ)

台湾夜市の定番フードで、サクサクとした食感やスパイシーな香りが特徴のから揚げです。独特な風味は、「五香粉」というスパイスによるものです。八角・シナモン・花椒・クローブ・陳皮などの５種類のスパイスがブレンドされています。

●タンツー麺(担仔麺)

中国の四川料理「担々麺」と同じく、最初は天秤棒で、食材と器具一式を担いで売り歩いたことから、この名前がついたといわれています。スープに肉そぼろとエビ、香菜、にんにくソースなどがのった小ぶりの麺料理です。給食では、食べやすいようアレンジしました。

●台湾バナナ

台湾バナナは甘くて濃厚な味わいです。日本国内はフィリピンバナナが主流です。
バナナの茶色いそばかすは「シュガースポット」と呼ばれるもので、傷んでるわけでなく甘い印です。

★☆★台湾の学校給食★☆★

学校給食は、注文制になっている学校が多く、食器は家庭から持参します。
給食の主食は主にごはんで、牛乳は週に1～2回です。また、週に1度「菜食の日」があり、肉の代わりに卵や豆類がたんぱく質源になります。

大享食育協會　引用

大子町立学校給食センター