



11月 カタール献立



・ピタパン ・シャワルマ

・ファトゥーシュ ・レンティルスープ ・チーズ



カタールは中東・西アジアに位置する国で、面積は日本の秋田県と同じくらいです。国土の全域が砂漠気候で、年間降水量は約100mmです。このような気候のことから昔は定住型の暮らしを営むことができず、遊牧民主体の文化が築かれました。しかし油田があるため液化天然ガスによる莫大な収入に支えられ独立国となりました。

<ピタパン>



ピタパンは地中海沿岸、中東、北アフリカなどで主に食べられている直径20cmくらいの平たい円形のパンです。

半分に切ってポケット状の空洞に卵や肉、野菜などを挟んで食べます。本場では煮豆や豆の揚げ団子を挟んで食べるのが好まれているそうです。

ピタパンの歴史は古いですが、今でも平たい円形の形の原型を留めています。

<シャワルマ>

シャワルマは羊肉や鶏肉を金属製の棒に刺した状態で回転させながら焼いた料理です。そのまま食べるよりも薄いパンに野菜などと一緒に挟んで食べるのが定番です。給食では鶏肉でシャワルマを再現してみました。



<ファトゥーシュ>



ファトゥーシュとはグリーンサラダにホブスという薄いパンで作ったクルトンを乗せたものです。

ファトゥーシュとは人の名前です。昔、山から逃げてきた人たちにファトゥーシュ氏がサラダとパンをごちそうし、それを混ぜ合わせて食べたことが始まりだと言われています。

<レンティルスープ>

レンティルスープとはレンズ豆のスープのことで、カタールでは主に朝食で食べられています。具たくさんものから、裏ごししてポタージュのようにしたものまで様々です。レンズ豆には鉄分が豊富に含まれており、豆の中でもトップクラスです。給食ではそんなレンズ豆をたくさん使った具たくさんさんのレンティルスープです。

