

世界の料理教室「フィリピンの家庭料理」が開かれました 家族や友人が集まるイベントのときに食べます 小林亜紀(NIA 会員)

2月1日(木)菊田公民館での「世界の料理教室-フィリピンの家庭料理」に参加しました。

講師のリカ・エウセビオさんが教えてくださったのは『ポークメヌード』という野菜と豚肉をレバーペーストや醤油などの調味料とトマトソースで煮たもの、ナンプラー、レモン、ニンニクしょうがなどでフィリピン風の下味をつけた『チキン唐揚げ』、デザート『バナナの包み揚げ』の3品です。この他にリカさんとお手伝いをしてくださった方たちが『ほうれん草とトマトのサラダ』『マカロニチキンスープ』を振る舞ってくださり、豪華なランチタイムとなりました。

フィリピン料理は作るのも食べるのも初めてでしたが、野菜を多く使っているのもヘルシーで栄養のバランスも良く、とにかく美味しく、想像以上のクオリティーの高さでした。デザートのバナナの包み揚げも絶品でした。今回教えていただいた料理は、フィリピンでは家族や友人が大勢集まるイベントの時に食べる人が多いそうです。今回初めての参加となりましたが、料理の他にもフィリピンの文化やリカさんの底抜けに明るいお人柄なども知ることができ、有意義な国際交流の時間となりました。



講師のリカ・エウセビオさん



豪華ランチの出来上がり



この日参加の皆さん