

「ワールドツアー2026^{こんだて}献立」

がつ

9月 インド



ナン・キーマカレー

A地区 1日(火)

タンドリーチキン

B地区 4日(金)

キャベツとコーンのソテー

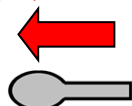


ナン(けんさんこむぎこ)



タンドリーチキン

ナンに
キーマカレーを
つけます



キーマカレー

インドの地図



参考文献: 外務省

世界の国のあいさつ ~インド(連邦公用語は、ヒンディー語。他にも21の指定言語があります)~

にほん
日本



ナマステ

こんにちは



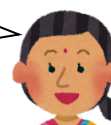
インド

にほん
日本



ダンニャバード

ありがとう



インド

こんげつ
今月は、インドの料理を取り入れています。

「ナン」は、小麦粉の生地を発酵させて長
くのはし、タンドールという円筒形の窯の内側
に貼り付けて焼く、平たい形のパンです。

「キーマカレー」の「キーマ」とは、ヒンディ
ー語で「細切れ肉」「ひき肉」を意味し、通常
のカレーより汁気が少ないのが特徴です。

「タンドリーチキン」は、ヨーグルトと香辛料
に漬け込んだ鶏肉をタンドールで焼き上げる
ことからその名がつけました。給食では、カレ
ー粉、ヨーグルト、ケチャップ、ソースで味をつ
けて、スチコンでじっくり焼き上げています。



【タンドール】



インドの紹介



インドの首都はニューデリーで、面積は約328万
平方キロメートルあり、日本の 8.7倍ほどの大きさ
です。人口は約14億5090万人の国です。

【インドの食文化】

インドの食文化は、地方によって味付けや使う食
材が様々です。北インドでは小麦を使ったナンやク
レープのようなパンの一種のチャパティなどを主食
とし、濃厚でとろみのあるカレーが特徴です。南イ
ンドでは細長いインディカ米を主食とし、ココナツ
ミルクや酸味のあるタマリンドという果物を使ったさ
らっとしたスープ状のカレーが多いです。スプーン
やフォークを使わずに右手の指先を使って、手で
直接口へ運ぶのが伝統的な食べ方です。