

# もぐもぐつうしん

## ★★★ 本日のみやぎのおいしい食材 ★★★

- ごはん（環境保全米ひとめぼれ）
- 牛乳
- ビビンバに使っている「豚肉」
- トックに使っている「卵」

## 世界の料理

日本では、世界の国々の料理を取り入れ、日本人の口に合う味付けにアレンジしたりして食べている料理が少なくありません。普段何気なく食べている料理も実は〇〇の国の料理だった！ということがあります。

世界の国々ではどんな料理があるのか、自分が食べている料理がどこの国の料理なのかなどを知ることをきっかけに、料理や食べ物に興味をもってもらいたいという思いから、今年度は何回か世界の料理を給食で取り入れたいと思います。

## 韓国の料理

### ビビンバ

韓国風のまぜごはん（ビビンパ）です。「ビビン」が「まぜる」、「パプ」が「飯」の意味で、「ビビンパプ」となります。日本では「ビビンバ」と呼ぶのが一般的です。ごはんの上に、ナムルや肉、卵などをのせて、コチュジャンやごま油などの調味料をかけて、よくかきまぜて食べます。

ところで、「石焼きビビンバ」という料理がありますが、これは日本で考えられた料理です。大阪にある韓国料理店で考えられ、日本から韓国に紹介されたようです。

### トック

トックは「韓国のもち」の一種です。日本のもちは「もち米」から作られますが、韓国のもちは、「うるち米」を粉にしたものを原料に棒状に固めたものを、斜めに薄く切ったものです。「トック」が「もち全般」、「ク」が「汁物」という意味で、「もちの入った汁」となります。お正月に食べられることが多く、日本でいう雑煮に近い料理だそうです。

### 韓国ひとくちメモ

- ◆国の広さ（面積）  
10万33平方km（日本の約1/4）
- ◆人口 5178万人（日本の約2/5）
- ◆首都 ソウル
- ◆ことば 韓国語
- ◆通貨 ウォン
- ◆料理

韓国は気候と風土が農業に適しており、穀物が食文化の中心になっています。また「薬食同源」の食観念のもとで、調味料や香辛料も、ねぎ、ニンニク、唐辛子、ごまなど薬のような効果があるものを多く使用されています。韓国人の日常食は、ごはんを中心としてさまざまなおかずを食べる食事形態で、すべての料理が一度に出されるのが特徴です。