



日口交流

発行: 特定非営利活動法人日口交流協会

E-mail: nichiro@nichiro.org

Home Page: <http://www.nichiro.org>

〒106-0041 東京都港区麻布台3-4-14

麻布台マンション401号

Tel : 03 (5563) 0626 Fax: 03 (5563) 0752



キルギス料理講習会

安部 花子

5月12日、田町リーブラでのキルギス料理教室に参加しました安部と申します。今回はキルギス大使館の大使夫人ジャミーリャさんが企画してくださいました。キルギス料理教室への参加は2022年5月開催以来で、およそ2年ぶりの参加となりました。

今回の献立は、肉入りマンティ、揚げパン、ピーツとザワークラウトのサラダの三品。待ちわびていたキルギス

料理の代表選手、マンティ！ロシアではペリメニ、日本では餃子、グルジアではヒンカリなどと、世界中に類似するご当地料理が存在するみんなの大好きメニューです。

キルギスの国旗は40本の光条を放つ太陽がモチーフとして描かれており、その数が表すとおり40もの部族を擁する他民族国家で、90%がイスラム教徒なのだそうです。そのため日本の餃子では豚ひき肉を種にする場合が多いですが、今回のマンティの中身は牛肉、しかもひき肉ではなく塊肉を細かく切ったものを種にするとのことで、なんだかとてもリッチな気分！そしてベジタリアンの参加者のために、肉なしの野菜入りマンティも同時に料理。多様性や個人の嗜好に配慮したバリエーションに、日本にはない他民族国家の風を感じます。

民族衣装の美しいレースを紡ぐような手つきで、マンティの皮の中へ種をきれいに閉じ込めていく先生。どう頑張っても均一な折り目で閉じ合わせることができずに苦戦する私た



ち…。しかし、先生がおしゃれな見た目でも簡単に閉じるやり方を教えて下さり一安心。揚げパンとサラダも無事完成し、いざ実食タイム！

肉入りマンティはとにかく濃厚な肉の味がガツン！ときます。餃子であれば一つの種に肉とニラが入っており多様な味わいがありますが、今回の肉入りマンティはまじりっけなしの肉100%。玉ねぎとニンニクの香味が肉の味を倍増させます。肉に飽きたら

野菜、野菜に飽きたら肉、と2種類のマンティを行き来するのはなんと幸せなことか。ロシア料理であればマヨネーズやスメタナ（サワークリーム）を塗って食べる場合が多いですが、今回は赤トウガラシとニンニクを植物油で炒めた先生特製の薬味をつけていただきました。大量につると激辛ですが、少量をつけると味がまた新鮮に感じられ、非常に病みつきになります。この植物油は調理工程の途中で使用した、ニンニクの風味が移った美味しい油の残りを再利用しています。食材を余すところなく使用する姿勢は、ロシア料理とも通ずるところがあります。この薬味は日本人参加者の中でも評価が真っ二つに割れました。辛すぎて食べられない！という人もいれば、余った分を全部持って帰ろうとするほど虜になってしまった人もいて、他の人の反応を見られるのも料理教室の醍醐味だなあと、非常に興味深かったです。

ピーツとザワークラウトのサラダも、口の中が油っぽくなった時にさっぱりとリセットさせることができ、とても良い箸休めでした。外はサクサク、中はモチモチの揚げたてパンは、マンティのお供にはもちろん、練乳をつけてデザートにも早変わり。金曜日の夜、家で映画でも見ていようものなら40個は平らげそうな病みつきスイーツでした。

最後にみんなで洗い物をし、施設の調理器具を片づけたあと、部屋の隅っこに大きな調理器具の山がありました。使い慣れた道具で美味しい料理を食べさせようと、先生が私たちのためにわざわざ持ってきてくださったものです。そのおもてなしの気持ちが、なにより嬉しいごちそうでした。本当にありがとうございました。