

◆◆◆◆ 伊勢市国際交流協会 ◆◆◆◆

-Ise International Exchange Association-

事務局 〒516-8601 伊勢市岩渕 1-7-29 伊勢市役所本館 2階 市民交流課内
TEL 0596-21-5549 / FAX 0596-21-5642 / E-mail kouryu@city.ise.mie.jp



通信 令和2年8月号

8月の予定

2(日) 日本語教室(昼) 10:00~11:30 いせ市民活動センター

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、8月2日を最終日として8月中の日本語教室は休室とします。
再開情報は、伊勢市国際交流協会 HP といせ日本語教室 Facebook にてお伝えします。

事業委員会のご報告

令和2年7月3日に事業委員会を開催し、令和2年度の取組内容を決めました。

【令和2年度の取組内容】

- ・外国語講座(3講座)
- ・ラオス写真展

(なお、新型コロナウイルス感染症拡大状況によって、上記事業が中止になる可能性もあります。)

※世界の料理パーティーは新型コロナウイルス感染症への対策が難しいことから実施を見合わせる事となりました。



世界の料理作ってみました(タイ編)



今回は事務局村山が第39回世界の料理パーティーの【タイ料理】から、『タイそうめん』を作ってみました。



今の時代はとても便利で海外の調味料などを取り扱っているお店が近くにあるのですぐに材料をそろえることができます。

最初にそうめんは茹でて冷やしておき、トッピングのもやしもレンジで温めて、いよいよメインのたれ作り。

お鍋にココナッツミルクや具材をいれ火にかけいよいよナンプラーを投入！

その瞬間キッチンに漂うエスニック料理屋の香り！！
これこれ！この香り♪ 豚ミンチの色を確認して完成。



冷やしたそうめんともやしの上に少し暖かいつゆをかけて食べます。ココナッツミルクの優しい味に爽やかな酸味、夏にかかせない辛味がピリツときて食欲をそそる味になります。さらに、ピーナッツの粉のおかげで口の中に香ばしさがよいアクセントに。
とてもおいしくて家族からも大好評♪



今年の夏はあまり外出しにくいと思いますので、

みなさんもぜひお家でこの夏ぴったりの爽やか味のタイそうめん作ってみてください！

詳しいレシピは裏面をご覧ください。



タイそうめんレシピ



★材料（6人前）★

- ・そうめん 6束 ・小たまねぎ 10個 ・にんにく 3片 ・サラダ油適量
- ・とうがらし適量 ・マカーム適量 ・ココナッツミルク 1缶 ・味の素小さじ 1
- ・砂糖大さじ 2 ・豚ガラスープ 2カップ ・塩小さじ 2と 1/2 ・豚ミンチ 100g
- ・レモン汁 50cc ・ピーナッツ荒粉 1/2カップ ・ナンプラー大さじ 1
- ・もやし、インゲンなど適量

★作り方★

- (1) そうめんを茹でてよく水で洗い、適当な量を四本の指に巻きつけて一つのかたまりとし、器にもる。
- (2) たれをつくる。
ア・小たまねぎ、にんにくを細かくスライスし、油で揚げいったんとりだす。
イ・油を足して、とうがらしを入れ、辛味を出して取り出す。
ウ・(ア) と (イ) のとうがらし少量 (好みの量) にマカームの溶かした汁を入れミキサーにかける。
エ・なべにココナッツミルク 1缶をいれ、そこへ (ウ) を入れてとろ火にかけ、砂糖、豚ガラスープ、塩、味の素、レモン汁、豚ミンチを入れてかき混ぜ、ピーナッツ、ナンプラー、(イ) の油を大さじ 2~3 を入れてさらに、たまねぎをスライスしてカリッと揚げたものを入れてよく混ぜ、火を止める。
- (3) そうめんを適量器に入れ (2) のたれをかけ、お好みで粉とうがらし、ナンプラー、お酢、ゆでたもやし、ゆでたインゲン (5mm 位に刻む) などをのせ、混ぜたら完成です！

▼マカームはタイの調味料でレモンのような酸っぱい味のもので、ない場合はレモン汁で代用してください。

▼今回は、たまねぎ→市販のフライドオニオン
にんにく→市販のフライドガーリック
唐辛子→市販の辛味ソースで代用しました。

▼材料には載ってなかったですが、上にきざみネギをのつけてみました♪

☆その他おいしいアレンジがみつかったらぜひ教えてください☆

新型コロナウイルス禍により、事業のできない状況が続いていますが、

この通信を通じ、みなさまと楽しく国際交流、多文化共生に取り組める情報を

お届けしていきます♪



伊勢市国際交流協会 HP



いせ日本語教室 Facebook

