

給食で国際理解

立野小学校

立野小学校はアフリカとの一校一国交流事業でガーナ共和国が相手国となっています。6月には、ガーナ大使が立野小学校を訪問し、ガーナの紹介をしました。大使の話を聞いて、児童たちはガーナの食べ物に興味をもちました。そこで今回はガーナ出身の国際理解教室の先生、ピナマン・ジャボン先生の協力のもと、給食にガーナ料理を取り入れました。

☆ガーナ料理とは……ガーナ料理の特徴

熟したトマト、パームオイル、シトという唐辛子ペーストなどを使うので料理全体が赤い色のものが多いです。

ジョロフライス

鶏肉や牛肉と野菜をトマトのスープでピラフのように炊きあげたもの。唐辛子やクミンも使うので少し辛みがあるスパイシーなごはんです。ガーナの家料理の一つです。

スープ

オクラやトマトを使ったスープがポピュラーです。

☆給食実施に向けて

ガーナ料理のレシピを海外青年協力隊の方よりいただき、何回か試作をしました。そして、その味が本当にガーナの味かどうかを、ピナマン・ジャボン先生に監修していただき、給食として、実施することになりました。

☆実施献立

○ジョロフライス：(ごはん・ジョロフライスの具)

本来は炊き込みごはんですが、給食室では全校分の炊き込みごはんを作ることができないので、ごはんにジョロフライスの具を混ぜて食べる形にしました。

○スパイシーチキン：こちらも本来はジョロフライスに入り、煮込んだものになりますが、給食用としては、香辛料をきかせたフライドチキンにしました。

○ガーナフラッグスープ

○牛乳

○チョコプリン

＊ガーナの特産のカカオを味わいます。

ガーナフラッグスープ：

ガーナでは、オクラやトマトを使ったスープが、ポピュラーです。しかし、日本の今の季節は、オクラは旬ではありません。

そこで、ガーナの国旗の色にちなみ、赤色をにんじん、黄色を

とうもろこし、緑色をこまつな、黒色をしめじで表した立野小オリジナルのガーナフラッグスープにしました。

ガーナの国旗



☆当日の調理の様子

ジョロフライス



鶏肉とみじん切りにしたたまねぎとにんじんをよく炒める。



トマトの缶詰やトマトピューレ、トマトケチャップを入れてよく煮込む。



クミン、チリパウダー、オレガノ、カレー粉などの香辛料を入れ、味をととのえる。

スパイシーチキン



にんにく、しょうが、たまねぎのすりおろしなどで鶏肉に下味をつける。
揚げる直前にチリパウダー、ナツメグ、パプリカなどの香辛料を混ぜた小麦粉を鶏肉につける。



油で揚げる。



揚げ上がり！
香りがスパイシーです。

ガーナフラッグスープ



ベーコンを炒める。



野菜を入れ炒め、水、チキンブイヨンを入れ煮る。
煮えたらコーンを入れ調味し、しめじ、ゆでたまごを入れる。

～食材にも
こだわって～

ガーナフラッグスープのこまつなはＪＡよこはまから調達し、地場産のものを使いました。

またベーコンは、『はまポーク』を加工したものです。

☆出来上がり

チョコプリン

スパイシーチキン

ジョロフライス
の具



ガーナフラッグスープ
赤色、黄色、緑色、黒色
があざやかなスープでし
た。

☆会食の様子と児童の感想

いつもとメニューの感じが違うから、おいしいか心配だったけど、すごくおいしかったので良かったです。あとガーナの事をよく知れたので楽しかったです。

Ghana♥Tateno

立って話をされているのがガーナ大使です。



ガーナ給食はガーナの食事と同じようなものだと思うので、ガーナの人はこういう料理を食べているんだと知ることができました。

Ghana♥Tateno

ほんとうに行った気分です。すごくおいしかったのは、ジャポン先生が味見してくれたおかげだと思います。

Ghana♥Tateno

スパイシーチキンはからあげよりすこしピリっとしていました。

Ghana♥Tateno

給食を食べて日本の食事とちがうし、考えもちがうのでこういう文化交流が大切だと思います。

Ghana♥Tateno

(児童の感想は原文のままです。)