



スタッフが食材をたくさん入れるコツと食べ方を実演



和気あいあいとした雰囲気の中、皆でおしゃべりしながら料理を作ります

一緒に作るベトナム料理！ 日本語を使って国際交流

ベトナム人と日本人の交流を目的とした料理教室を主催したのは、浜松市内で子どもを対象とした学習支援や、大人向けの日本語教室などを行う静岡県ベトナム人協会。料理教室はあらかじめ日本語教室で学んだ料理に関する言葉を使って、ベトナム人学習者が日本人に料理の作り方を説明する実践の場です。講師のグエンさんはバイリンガルの日本語教師、デューさんは日本語教室の学習者です。この日はベトナム風サンドイッチ「バインミー・キャップ・ティット (Banh Mi Kiep Thi)」とベトナムのデザート「チャー・ボン・カウ (Chè Bông Cau)」を参加者全員で作って食べました。

講師からの説明の後はバインミーとチャーの2グループに分かれ、バインミーには様々な食材があるためさらに肉団子を作る人、チャーシューを作る人などに分けられました。食材は肉団子、チャーシューの他にもなます、ベトナム風ハム、生野菜など盛りたくさん。それぞれの具材が完成したら、好みの具材を挟んで自分だけのバインミーを作ります。挟み方と食べ方のコツを伝授いただく際に、フランスパンに肉団子を入れ、スプーンでつぶしながら広げる様子を日本人参加者はびっくり。様々な具材を挟むためのコツなので、さらに好みの具材を挟んでいき、最後にパクチーを添えたら完成です。

緑豆を柔らかく煮たチャー・ボン・カウはどこかほっとする素朴な味わい。ココナッツミルクのやさしい甘みが好評でした。

参加者は総勢37名！日本の食材とどんなところが違うのか、日本の食材で代用は可能かなど料理をきっかけに自然と日本語の会話が盛り上がっていました。

たくさんの具材をフランスパンに挟んだらバインミー (bánh mì kẹp thịt) の完成



ベトナム風ゼンざい「チャー・ボン・カウ (chè bông cau)」。ココナッツミルクをかけていただきます



火加減が肝！炭火でじっくり焼いて味わう ブラジリアンバーベキュー

外国人学習支援センター(UNITOCC)学習者からの提案がきっかけとなり、浜松市西区の渚園でブラジル式BBQ「シユハスコ (Churrasco)」を行いました。この日は天候にも恵まれ、絶好のバーベキュー日和でした。

皆でバーベキューをしようという声がかけてくれたのは来日14年の細川時夫さん。ブラジルではシユハスコは男性がやるものですが、お肉や野菜を焼くのはもちろん、場所取りから片付けまでできばきと動いてくれました。参加者は子どもから大人まで総勢11名で、この日用意したお肉は牛肉(ピカーニャ、アルカトラ)4kg、手羽先2kg、ハツ1.5kg、リングイッサ(ソーセージ)約2kg！他にもフランスパン20個、ブラジル人学習者手作りのポテトサラダやヴィナグレッタ、野菜など盛りたくさん。

ちなみに「ピカーニャ (picanha)」は、部位でいうとイチボにあたり、牛のお尻の先についているお肉。牛1頭から取れる量がとても少ない希少なお肉で、ほどよく脂のついた柔らかい赤身がととジュシー。アルカトラ (alcatra) はランプと呼ばれる部位のことで、脂身が少なくヘルシーな赤身肉。スパイスとハーブが効いたリングイッサも、じっくり焼くことで脂が落ちてカリカリになり、日本のソーセージとは一味違った味わいを楽しむことができます。部位や量などはお店の方と相談して決めてくれたそうです。時夫さんが炭火に直に水をかけて火加減、焼き加減を見ながら丁寧に焼いてくれたお肉はどれもおいしく、お腹がいっぱいになるまでブラジル式BBQを堪能しました。

渚園には広大な芝生広場があり、潮風を感じながらバーベキューを楽しむことができます



1 シュハスコでは様々な部位の肉が使われます。牛肉が主ですが、鶏の手羽先やハツなどもよく食べられています。写真手前がピカーニャ、奥がハツ
2 ブラジル料理に欠かせない「ヴィナグレッタ」は香味野菜とお酢で作るさっぱりした味のソース(手前右)
3 リングイッサは、長時間焼くと脂が落ちてカリカリになります(手前左)。好きな具材をブラジルのフランスパンにはさんで食べるのもおすすめ



準備から片付けまでできばきと動く時夫さん。後片付けも男性が率先して行ってくれました

