

校長室だより

うんとこしょ  
どっこいしょ

第109号 令和7年1月23日  
渋谷区立原宿外苑中学校長 駒崎 彰一

## ペルー共和国リマ市ミラフローレス区姉妹都市協定締結記念コラボ給食



今日の給食はペルー共和国の料理です。

ペルー共和国リマ市ミラフローレス区と渋谷区は今年の6月に姉妹都市協定を結びました。

[https://www.city.shibuya.tokyo.jp/kusei/hodo/hodo-2024/hodo\\_20240708.html](https://www.city.shibuya.tokyo.jp/kusei/hodo/hodo-2024/hodo_20240708.html)

渋谷区とミラフローレス区は15,490kmも離れています。そんな遠く離れたペルーの料理を学校給食で提供することになりました。

### 【牛肉のタリアテッレ炒め】

南米ペルーで親しまれている焼きそば風の料理です。

タリアテッレはパスタの種類で、細長いリボン状で、厚さは1mm、幅は8mmほどのパスタです。材料は小麦粉や塩、卵やオリーブオイルで、小麦粉の種類や卵の量を変えることでパスタの食感を調整しています。コシが強く、もちもちとした食感だそうです。(今日はいつものパスタを代用して作りました。) 牛肉、たまねぎ、トマト等を炒めたものにパスタをいれ、酢、オイスターソース、醤油で味付けします。

### 【野菜とキヌア Quinoa のスープ】

キヌアとは、ペルーの高地で栽培されている穀物で、ペルーでは米と一緒に炊いたり、スープに入れたり日常的に食べられています。スープの中にキヌアを入れて食べやすく仕上げています。



### 【マラサラ・モラーダ】

マラサラ・モラーダはペルーの代表的なデザートです。

「マラサラ」が「お粥」、「モラーダ」が「紫」という意味があるそうです。給食で出すには少し難しかったので、チチャモラーダというペルーで人気のジュースをゼリーにしました。

### 国民的ジュース「チチャモラーダ」

チチャモラーダの原料は紫トウモロコシで、ジュースやお菓子作り専用で、他の料理には使用されないトウモロコシです。この紫トウモロコシを、パイナップルの皮、シナモン、リンゴなどと一緒に煮込み、最後に大量の砂糖とレモンを入れたのが「チチャモラーダ」です。



ペルー大使館

Chef Hugo RUEDA

