

## 渋谷ワンダフル給食プロジェクト第28弾 報告「ロモ・サルタード」

「ロモ・サルタード (Lomo Saltado)」とは、南米ペルーの「国民食」ともいわれる、現地では有名な料理です。ペルー人の住む世界各国の大都市のペルー料理レストランなら必ずメニューに載っている定番で、日本人にも比較的食べやすい料理であると言われています。

ロモは「牛肉」、サルタードは「宙を舞うように炒める」という意味があります。

19世紀中ごろにペルーに移民してきた中国とくに広東の人々の影響を受け作られたもので、ペルーのクリオージョ料理と中華料理が融合した「チファ料理」の一つであると言われています。もともとあった牛肉料理に醤油や酢を加えアレンジしたことがきっかけで誕生した、南米とアジアの融合料理です。

白米の上に、油で炒めた牛肉と野菜をのせて、炒め汁をかけ、その上にフライドポテトを盛り付けます。

ごはんをフライドポテトと一緒に、めしあがってください。

本日の牛肉は1kg 5,800円を1人70g使用しています。(給食のレベルではない・・・ワンダフルです。)

服部栄養専門学校 西洋料理 小高 勇介 教授 監修のメニューです。



解説動画 <https://youtu.be/MsI3PR6mLuA>

