



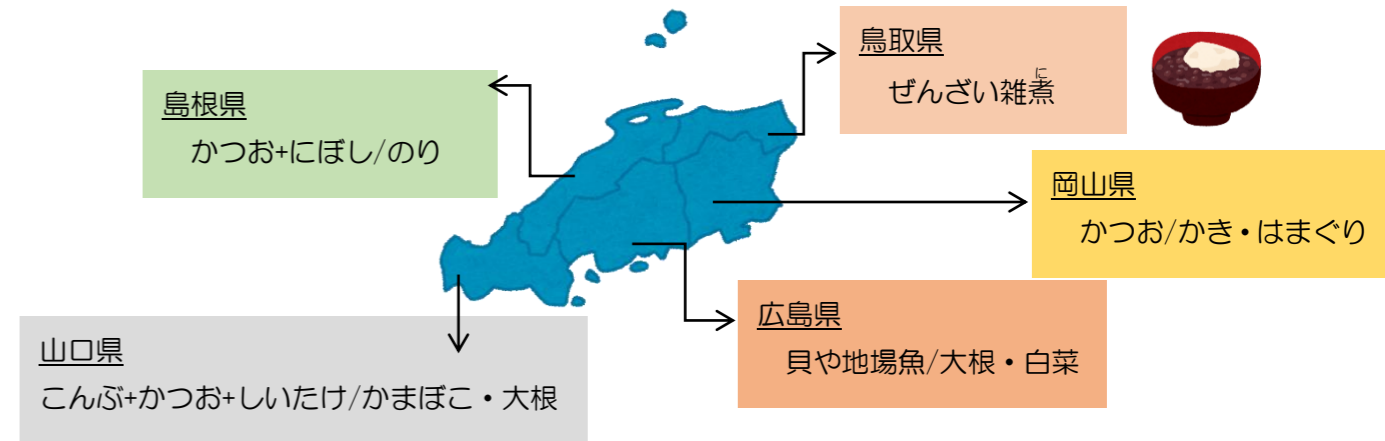
# 外国の日本食



2013年に和食が「ユネスコ世界無形文化遺産」に登録されたことは、これまでの授業やおたよりに通してみなさん知っていますよね？和食は今、日本国内にとどまらず、海外でも高く評価されています。農林水産省の調査によると、海外の日本食レストランは2015年7月時点で8万9000店に上り、2006年の2万4000店、13年の5万5000店から大幅に増えました。

## 雑煮から学ぼう 郷土料理の多彩性⑦

今回は四国地方のお雑煮をしょうかいしましたが、それに続き、今回は中国地方のお雑煮です。四国地方と同じく、だしは「かつお」、具材は地いきの特産物を用います。鳥取県では全国的にめずらしいぜんざい雑煮を食べるのが習慣です。



## 外国のオモシロ「sushi」

### ブラジル/「いちごずし」

みずみずしい果肉とす飯、しょう油が絶妙のコントラスト！海外ではスイーツ感覚のフルーツずしが今ちょっとしたブームです。



### イタリア/「サーモンロール」

よく見ると中にはエビフライがまかれています。おう米人の美的センスがよく表れていますね。



### 韓国/「サンマずし」

焼いたサンマを1本丸ごとまきずしにしました。韓国の伝統的なのりまき「キンパ」に少し近いような見た目ですね。



### アメリカ/「カリフォルニアロール」

西洋人は黒いのりが苦手なので、米とのかきを逆にしてまいています。アボガド、カニカマが入っています。



### 「寿司」と「sushi」のちがい

日本人がイメージする寿司と海外で実際に食べられている Sushi はその見た目も味も大きくことなります。無形文化遺産の一つでもある日本の寿司の世界は”芸術品”。100の寿司をにぎってその100のシャリの米つぶの数がみんな同じなんてことも当たり前なのだそうです。ネタは品定めされた旬の物が使われ、そのほとんどが生ものです。

一方、世界各地で人気を集める Sushi はというと、より庶民的なものへと変化しています。まず、生ものを苦手とする西洋人が多いため、どうしてもネタが限定されてしまいます。とりのささ身やツナ缶、アボガドやカマボコ類が人気を集めます。さらに、おはしを上手く使えないこと、米を手づかみで食べるのをきらうことなどから、にぎりよりもまきずし（ロール）タイプが好まれる傾向もあります。



### もっと

#### 日本食の良さを伝えるために…外国人シェフの日本料理留学

日本政府は海外でもっと日本食を広めるために、ブラジル、ロシア、シンガポールなど様々な国から外国人料理人を招き入れ、研修を行っています。研修生は基礎的な日本語や調理技術を料理学校などで2カ月間習った後、おもてなしの精神を京都や東京にある日本料理店での接客や配膳を通じ半年間学びます。



～だしを使ったレシピ～  
牛にゅうとみそが相性ばつぐん！

### 「かぶのミルクみそしる」

材料（2人分）

- ・かぶ（葉付き） 1個
- ・油あげ 1/4まい
- ・だし 200ml
- ・牛にゅう 200ml
- ・みそ 大さじ2



作り方

- ① かぶは皮をむき、くし切りにする。葉は3cmほどの長さに切る。油あげは細切りにする。
- ② なべにだしじるとかぶと葉、油あげを入れて、火にかける。
- ③ かぶがやわらかくなったら牛にゅうを加え、ふっとうする直前（※）で弱火にし、みそをとき入れる。  
※牛にゅうやみそは煮立てると風味が無くなってしまふよ。

### かぶ

カブはアブラナ科の一種で、チンゲンサイや白菜、菜の花、キャベツなどの仲間にあたります。生産量1位は千葉県で、次いでさい玉県、青森県です。11月ごろから1月ごろが最もたくさん出回り、味も美味しくなる「旬」の野菜です。

農林水産省  
「日本食品に対する海外消費者意識アンケート」より、

### 外国人に聞いた

#### ここが「いいね！」日本食

범재@Beomjae 8分  
とにかくおいしい！  
日本食サイコー(\*^▽^\*)

蘭蘭@raaaan1215 15分  
生で食べたり、独特の調理法が面白くて好き！

キャサリン@kyasarin3 56分  
日本料理のお店はふん囲気が良くて、とってもオシャレ♪

