

ボリビアの家庭料理を楽しむ！

**参加者
募集**

「外国料理教室」

とき：3月27日（土）



午前9時半から

ところ：秦野市立本町公民館 調理室・和室

講師：パウラ氏

秦野市在住のボリビア人、パウラさんがボリビアの家庭料理を伝授してくれます。簡単に作れるボリビアのチャーハンとお菓子をみなさんと楽しく作りましょう！！

メニュー（都合により変更する場合があります）

ボリビアのチャーハン

” スープかサラダ

” お菓子



定員：秦野市国際交流協会会員20名（申し込み先着順）

申し込み：秦野市国際交流協会事務局0463-82-5118

（秦野市市民自治振興課内）



田代会長のあいさつで調理スタート。



ボリビア人講師のパウラさん。



チャーハンを作るのにカラメルソースから作り始めるパウラさんにびっくりする参加者達。



みんなで協力して野菜を細かく刻んでいく。



カラメルソースに油、にんにく、サフラン、各調味料、刻んだ野菜を入れて炒める。



パエリアのようにフライパンにお米をいれ、お湯を加えて炒めていく。



レモン汁をたくさん入れて
豚肉を煮込む。



きれいな焼き色が
ついたら完成。



野菜とごはんを混ぜて
完成。



ポリビアチャーハンと
豚肉の角煮



料理を楽しみながら交流を深める参加者たち。
おいしくいただきました。





(国章)

ボリビア多民族国



(国旗)

公用語：スペイン語、ケチュア語、アイマラ語、グアラニー語

首都：ラパス、スクレ（憲法上の首都）

人口：9,863,000人

宗教：人口の95%がローマ・カトリック教

通貨：ボリビアーノ

ボリビア多民族国、通称ボリビアは、南アメリカの共和制国家。国の面積は、アメリカ大陸で8番目、世界的には27番目に大きい国である。

ラテンアメリカで最も開発が低い水準にある国ではあるが、かつては、「黄金の玉座に座る乞食」と形容されたほど豊かな天然資源を持っている。

地理の特徴は大きく3つに分けられる。

- 国土面積約29%に及ぶチチカカ湖から南に貫くアンデス山脈の地域で、標高3,000m以上の年中寒冷な気候を持つ地域。
- 国土の北東側から東側は、国土の約62%を占めるアマゾンの熱帯地域で、ジャングルが広がる北側と乾燥地帯に分かれる。
- アンデス地帯とアマゾン地帯の中間に位置する地域は、温暖で果樹栽培などに適した気候をもつ地域。



ボリビアの高山



民族衣装を着るラパスの少女

