

2月12日 木曜日

〈世界の料理〉

ドイツ フリカデレン ドイツ ザウアクラウト ドイツ アイントプフ

今日は、ドイツの料理です。 今年はドイツで生まれた偉大な作曲家バッハ生誕300年です。言葉が全く異なるので、メニューもさっぱりイメージが付きませんが、かなりなじみのある料理です。フリカデレンは、ドイツのミニハンバーグステーキです。ソースをそえて食べます。ザウアクラウトはキャベツの酢漬けです。ドイツ料理ではなじみがあります。アイントプフは「鍋の中に投げ込んだ」という意味で、農夫のスープといわれ、ソーセイジやじゃがいも、人参、レンズ豆をトマトで煮込んだスープです。郷土料理は風土や文化によって様々な形で食べられています。それぞれ健康を維持するために工夫されています。また、健康だけでなく、食を通して楽しくおいしく幸せな時間を過ごすものであるのはどこの国もおなじです。食べる事は欠かすことができない事です。生きる知恵を感じつつ、自分の食生活をいつも振り返りながら大切に考えられるようになりましょう。

