



COOKING

## NEAR AND MIDDLE EAST'S RECIPE

お料理レシピ

Kingdom of Saudi Arabia

JICA

カフェ・フロンティア世界の味

## チキンカブサ

## 材料 4人分

骨付きの鶏肉 (½にカットしてもらいましょう)	1羽分	ターメリック	大匙 0.5
A		パプリカパウダー	小匙 2
お米	400g	クローブ	3本
クミンパウダー	大匙 1	生姜 (みじん切り)	大匙 1
コリアンダーパウダー	大匙 1	にんにく (みじん切り)	大匙 1
シナモンパウダー	小匙 0.5	玉葱 (荒みじん)	300g
カルダモン	小匙 1	塩	小匙 1
		水 (お米の規定量です)	

チキンカブサはサウジアラビアの代表的な家庭料理です

1 にんにく、生姜を大匙1のサラダ油で炒めて香りを出します。

2 玉葱のみじん切りを加え、透き通るまで炒めます。Aの香辛料を加えて全体を馴染むように炒めます。

3 骨付きの鶏肉を入れて、そこに規定量の水、塩を加えて鶏肉が柔らかくなるまで煮ていきます。



4 鶏肉が煮えた所でとりだします。残ったスープは冷まして下さい。

5 スープをお米を炊くときの規定量に計ります。煮詰まって足りないようなら水を少々加えて下さい。

6 炊飯器にセットして炊きます。

7 ご飯が炊けたら、取っておいた鶏肉を乗せて完成です!!

カフェフロンティア

# レシピひとくちメモ



## サウジアラビアの伝統食 チキンカブサ

サウジアラビアはアラビア半島に位置し、西は紅海、東はペルシア湾に接したイスラム教の国です。大勢の世界各国のモスリムの巡礼者がサウジアラビアには集まります。そのせいか、料理にも世界の味が影響しているようです。そんなサウジアラビアでカブサはポピュラーなおもてなし料理です。アラビア半島は世界で初めてコーヒーがのまれるようになった土地とも言われ、また乾燥ミントとサフラン、砂糖をお湯で沸かしたミントドリンクもよく飲まれているそうです。カブサ料理の後はこんなドリンクはいかがでしょう。