

JICA東京レストラン 今週の WORLD MENU



Republic of
Ghana
(ガーナ共和国)

ガーナ風 チキントマト煮 ピーナッツ風味

メニュー説明

ガーナではトマトや唐辛子、パームオイルなど赤い色の食材を使用した料理が多く存在します。今回のメニューは完熟トマトを使用した鶏肉のトマト煮に、現地ではスープなどにも多用されるピーナッツソースで風味を付けた一味違うチキントマト煮です。ぜひご賞味下さい。

国別紹介

アフリカ大陸の西部に位置する共和制国家、緯度と経度が交わる「世界のおへそ」に一番近い国です。ガーナの料理にはトマトや唐辛子、パームオイルなど赤い色の料理が目立ちます。主食はヤム芋やバナナを餅状にした「フフ」が有名ですが水源が豊富で稲作も盛んなため、米もガーナ全土で食べられています。

首都： アクラ

人口： 約 2880万人