

JICA東京レストラン 今週の WORLD MENU



Republic of South Africa

(南アフリカ共和国)

ボボティ (南アフリカ風 ミートローフ)

メニュー説明

南アフリカのケープマレー料理と呼ばれるカテゴリーのボボティは、ミートローフの原型とされ南アフリカの国民食とも言われています。挽肉、野菜、ドライフルーツに香り豊かな香辛料を混ぜ合わせ容器に敷き詰め、牛乳と玉子を混ぜ合わせ、肉の容器に注ぎオーブンで焼き上げた一品です。

国別紹介

ケープタウンやテーブルマウンテンが有名な南アフリカ共和国は、アフリカ大陸の最南端に位置します。南アフリカの食文化は東洋と西洋、そしてアフリカの大地がもたらした様々な伝統と食文化を有します。また、恵まれた気候と自然豊かな土壌で良質なブドウが育ちやすく、魅力的なワインを造る産地として世界中から注目を集めています。

首都： プレトリア

人口： 約 5672万人