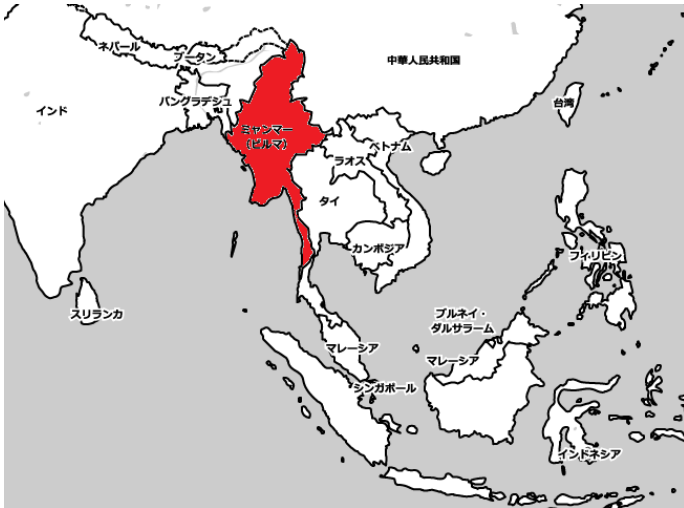


2020 オリンピック・パラリンピック料理

れんぽうきょうわこく

ミャンマー連邦共和国

首都:ネピドー



ミャンマーは、ラオス、タイ、中国、インド、バングラデシュに囲まれた国で、国土は日本の1.8倍あります。以前は「ビルマ」とよばれていました。1991年にノーベル平和賞を受賞したアウン・サン・スーチーさんの国としても知られています。

ミャンマーの食文化

ミャンマーは中国とインドにはさまれた国で、食文化でも中国やインドのえいきょうを受けており、いっぱん的な家庭料理には中国料理もインド料理もあります。



ダンパウとは・・・

ミャンマー料理の特ちょうとしては、インドよりもスパイスが控えめで、油を多用することです。チキンのにこみをピラフにのせたダンパウは、ミャンマーでポピュラーな料理です。

ミャンマーの有名なもの



アウン・サン・スーチーさん



シュエダゴンパゴダ



インレー湖

2020 オリンピック・パラリンピック料理

れんぽうきょうわこく

ミャンマー連邦共和国

しゅと

首都:ネピドー



ダンパウ

ミャンマー料理りょうりの特徴とくちょうとしては、インドよりもスパイスが控えめひかめで、油あぶらを多用たようすることです。チキンの煮込みにこみをピラフにのせたダンパウは、ミャンマーでポピュラーな料理りょうりです。

2020 オリンピック・パラリンピックりょうり

ミャンマー

れんぽうきょうわこく

しゅと:ネピドー



ダンパウ

ざいりょう:こめ・とりにく・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・レーズン・カレーこ・クミン・オールスパイス

クミン:強い香りとほろ苦み、辛みがある香辛料。

オールスパイス:シナモン・クローブ・ナツメグの3つの香りを併せ持つといわれる香辛料。