

全196カ国

おうちで作れる世界のレシピ レビュー

♡モレ・ポブラーノ♡

作った料理 「鶏肉のピリ辛チョコレートソース煮」(国:メキシコ)

(P.19)

chicken simmered with hot chocolate sauce



(材料4人分)



かんそう
感想

不思議な味！！最初は甘くて最後は辛い。結局、コンソメ、ケチャップ、ウスターソース、白ワイン、すし酢
…と足していった自分好みの味にしてみました。本場の味を食べてみたい！！

Thoughts

A unique taste !! At first, it is sweet, but hot taste comes later. I added consomme, ketchup, Worcestershies sauce, white wine, sushi vinegar and etc., to make taste of my preference. I want to try the authentic Mexican "Mole Poblano" !!

全196カ国

おうちで作れる世界のレシピ レビュー

🌀チキン・ティカ・ボティ🌀

作った料理

「鶏肉のスパイス焼き」(国:パキスタン)

(P.206)

spicy grilled chicken



(材料 4人分)



かんそう
感想

たった2時間漬け込んでオーブンで焼いただけで、お店で出てくるような本格的な味！！しっかり中まで味がしみ込んでいて美味しい！辛いのが苦手な人は、カイエンペッパーを控えめにしたほうがよいかも。

Thoughts

Chicken was pickled for two hours before grilled with an oven, and it tastes authentic like a restaurant dish!

The seasoning soaks well into inside and is very delicious.

As this dish is hot, please be careful about quantity of the cayenne pepper.

全196カ国

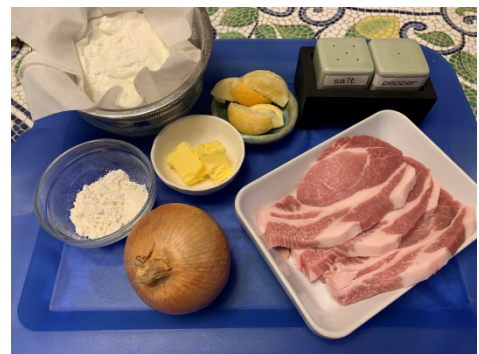
おうちで作れる世界のレシピ レビュー

マチャンカ

作った料理 「豚肉のサワークリーム煮」(国:ベラルーシ)

(P.90)

pork simmered with sour cream sauce



(材料 4人分)



水切りヨーグルト

感想

サワークリームがなかったので、水切りヨーグルトとレモンで代用。

(400gのヨーグルト $\xrightarrow{8\text{時間}}$ 200g水切りヨーグルト)

風味付けにローリエを加えた。とても美味しく、家族から「また作ってね！」とリクエストがきた。

Thought

As there was not sour cream, I substituted it with drained yogurt and lemon.

(400g of yogurt $\xrightarrow{8\text{ hours}}$ 200g of drained yogurt)

I added a bay leaf for flavoring.

I was requested by my family, "please cook this again!"

全196カ国

おうちで作れる世界のレシピ レビュー

レシュティ

作った料理

「やみつきポテトケーキ」(国:スイス)

(P.101)

Swiss potato cake



ざいりょう
にんじん
(材料4人分)



感想

先にジャガイモを固めにゆでてから(私は電子レンジ使用)スライサーを使うレシピ。

そのせいか、もちもち! やさしい味なのでどんな料理にでも合いそう。いくらでも食べられる!

(※レシピの塩の量が多そうだったので、減らして作った。)

Thought

According to the recipe, boil potatoes first (I used a microwave), then use a slicer.

It's chewy and delicious whether the method was good. As it is mild taste, it will match any kind of dishes. I can eat without limit!

(※As there seemed to be much quantity of the salt of the recipe, I reduced it.)

作ってみました^^

全 196 カ国 おうちで作れる 世界のレシピ

P68

ブルガリア『タラトル』(冷たいヨーグルトスープ)



味の想像がつかなかったので、作ってみました。あつという間にできました。

さっぱりしていて、異国情緒漂う味！甘くなく、にんにくがほどよく効いています。がっつりしたお肉を食べる時に一緒に食べたり、暑い時や食欲のない時に食べるとよさそう（調べてみたら、ブルガリアは夏は高温多湿とのこと。やはり暑い時期に食べるのに食べ物ですね）。ヨーグルトは甘く食べるイメージが強かったので、なるほどこんな使い方もあるのだなぁと思いました。

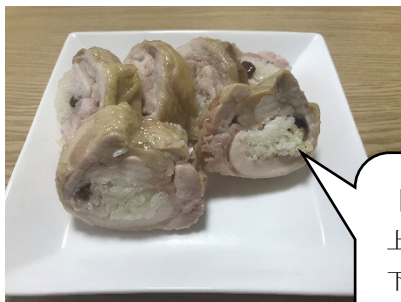
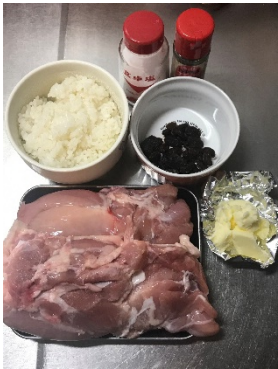
「ブルガリアと言えばヨーグルト」のイメージが強いですが、そのイメージ通り、デザートだけでなく、このタラトルのように料理にもよくヨーグルトが使われているようです。（ちなみに、牛乳だけでなく、羊乳のものもあるとか！）

【写真】

上段：材料。にんにくを撮り忘れてましたが、ちゃんと入れました。（ちなみにチューブです）
下段：ディルがなかったので、乾燥パセリを入れてみました。やっぱりディルがないとそれっぽくならないですね

P57

アルメニア『アミチュ』(ごはんを詰めた鶏肉のオーブン焼き)



オーブンの温度機能が足りなかったり、タコ糸がなかったり、正確なレシピ通りにはいかなかったのですが、それでも作れました。

個人的には、塩コショウは割としっかり、レーズンは多めがおすすめです。中のお米がバターライスというところが、外国の料理だなと思いました（日本のご飯は、酢飯か醤油やみりんの味付けのイメージ）。

このレシピではお米に入れるのはレーズンだけですが、調べてみたら、アンズやアーモンドを入れるところもあるようです。高原や山岳地帯が多いことから、ハーブ類やフルーツ（ドライハーブ・ドライフルーツ然り）が多いということが現れている例かもしれません。

アルメニアの歴史背景（かつては広大な国だったことや、侵略されたり離散したりを繰り返してきたこと）から、周辺国の料理と共通点が多いようです。

【写真】

上段：材料。かなりシンプルです。

下段：焼き色が足りなかったなのでこの後フライパンで焼き色をつけたら、香ばしくておいしかったです。鶏肉はカリカリにするのがよいと思われます。