

11月4日（木）

きょうは、2回目の登場になる“豚肉ぶたにくのチャプチェ”についてのお話です。

“チャプチェ”とは、日本でもよく知られている韓国料理かんこくのひとつで、ゆでた春雨はるさめを野菜や肉いたと炒め合わせた料理です。作るのが比較的ひかくてき簡単なかんたんので、韓国では家庭料理として親しまれていますが、結婚式けっこんしきや誕生日たんじょうびなどお祝いの時には欠かせない料理になっています。具材に使われる春雨はるさめの形が細く長いことから、長く幸せが続きますようにや、長生きできますようにという願いが込められています。にんじんやピーマン、ニラなどの野菜がたっぷり使われていて栄養えいようたっぷりですので、残さずにしっかり食べましょう。