

## 平成 26 年度 第 2 回 ペルシャ料理講座の感想

メニュー：イラン風キャバブとナン

今回は、いつもの教室ではなく、緑の木々の中、本場イランのキャバブを楽しみました。食材の下準備は、あらかじめ、先生方でしていただき、私たちは、金串にお肉を刺したり、ミンチ肉を金串に巻く作業をしました。お肉を焼く作業は先生方と私たちで一緒に行いましたが、焼け具合など私たちではわからないことも多かったです。焼きあがったお肉はナンやパンに野菜などとはさんで食べました。鶏肉、牛肉、牛ひき肉と 3 種類ありましたが、どれもお肉がとてもおいしくて皆、たくさんいただきました。

鶏肉は、レモン汁や玉ねぎ、塩、こしょう、サフランで味付けされていました。金串に刺すときは肉は刺しやすいのですが、皮の部分がなかなか刺さらずに苦戦しました。きちんと刺さないと焼いてる時に皮だけ落ちて焦げてしまうので慎重に行いました。

ひき肉は、やや平べったい金串に巻きつけていくのですが、うまく巻きつけられずに何度もやりなおしました。先生は最低限の手順で金串に平たく肉を巻きつけていくのですが、同じようにはできませんでした。また、うまく巻きつけないと焼いて少し縮むと金串から肉が離れ落ちてしまうので大変でした。焼きあがったキャバブは香ばしくお肉の味がしっかりしてとてもおいしかったです。自分で串に刺したり、巻きつけたりしたものは特においしい感じがしました。お肉以外にも、トマトを金串に刺して焼きましたが、これもおいしかったです。トマトの甘みが濃くなる感じでした。焼きあがったキャバブは軽く焼いたパンの上で串を外すのですが、その時においしい肉のうまみをパンが吸ってくれて、全部おいしくいただけましたし、お皿も不要で、屋外では洗いものもしなくてよいので合理的だなあと思いました。食べる時にソマという酸っぱいスパイスをかけるのですが、さっぱりとなり、よりおいしくなりました。

私は外でバーベキューなどというと、甘いたれでお肉を食べることしか知りませんでした。今回のキャバブはお肉の味がしっかりと楽しめてよかったです。お肉を長く食べてきた国の人との違いを感じました。

当日は暑くもなく寒くもなく、体温調整が難しい頸髄損傷の人も過ごしやすい気温でした。車いすで参加できるバーベキューはあまりないので、大変楽しい経験になりました。また、当日は視覚に障害がある方も加わりました。お肉をつける作業はしませんが、それぞれのお肉の焼ける香りを十分に楽しめたのではないかと思います。