

イベントレポート 2019年1月26日（土） コンゴ料理交流会

1月26日（土）に、本山の生協生活文化会館にて親子対象のコンゴ料理交流会を開催しました。

当日は、下は乳児から上は9歳までのお子様9名と、11名の大人の方にご参加いただき、大変賑やかな会になりました。

コンゴ民主共和国出身の女性の方が講師となり、日本の食材を使って作れるコンゴの煮込み料理2品を作ってもらいました。

1品目は、スパイスを効かせた真鯛にほうれん草のソースをかけて食べる“エピナード ナリブドゥ”。

2品目は、トロトロになるまで煮込んだオクラと牛肉の相性が抜群の“ドンゴ ドンゴ ナガンベ”です。



真鯛の下味のつけ方について、皆さん真剣な顔で聞いています。



オクラソースの作り方を説明中。日本人にはあまり馴染みのないオクラの使い方に、皆さん興味津々です。



コンゴ民主共和国の食文化や講師の好きな日本の料理など、フリートークを交えながら、会は和やかに進んでいきます。



できた料理は、講師が大好きだと言う日本の白米と一緒に食べます。

参加者の皆さんの間に講師やスタッフが入り、みんなでテーブルを囲んで試食・交流会がスタート。



味はどうか～？

参加者の方から「コンゴ民主共和国ではどんな音楽が流行っているの？」という質問が出る

と、講師が携帯で動画を見せながら説明してくれました。
楽しそうな音楽につられ、皆さん食事を中断して講師の周りに集まってしまう場面も。



皆さんべろっと完食！「おいしい！」の声をたくさんいただきました。

参加者の方からは、

- ・普段馴染みがないコンゴの国について、料理を通じて理解を深められる素晴らしい機会だった。
- ・アフリカ圏の料理を教えていただく機会があまりないので、とても満足。美味しかった。
- ・料理自体も美味しかったが、参加者との交流、コンゴについてほんの少しですが身近に感じられるようになった。
- ・コンゴの歌や言葉を知れて良かった。
- ・料理が美味しく、アイサさん（講師）がとても優しくかった。

など、嬉しい声をたくさんいただきました。

今回作ったレシピは、名古屋難民支援室のクックパッドページから見ていただけます。
<https://cookpad.com/kitchen/24887837>

次回は4月の開催を予定していますので、楽しみにお待ちください。