

きょうのきゅうしょく

ジャンバラヤ

ジャンバラヤは、アメリカ^{なんぶ}南部^{りょうり}の料理で、

お米^{こめ}に、ベーコン・トマト・えび・とりにく・とうがらし
などを入れて^い煮^にこんだスパイシーな^{りょうり}料理です。

きょうは、とうがらしの代わり^かにチリパウダーをつかって
います。辛^{から}さはどうかな～