

ランチメール

2022.6.7



☆ ジャンバラヤ ☆

ジャンバラヤは、スペイン料理のパエリアをもとに、アメリカ南部でアレンジされた、スパイシーな炒き込みごはんです。

パエリアは魚介類が入りますが、ジャンバラヤは肉と野菜が中心です。



アメリカ南部ではよくスパイシーなものを食べ、ケイジャン料理と言われます。スペインやアフリカから

伝わった食材や料理が混ぜ合わさり、独特の食文化ができたそうです。