

Food is life

私は食べ物が他の人と交流するために非常に重要である国から来ました。チュニジアでは、見知らぬ人とも食べ物を共有することが非常に一般的です。近所の人たちは昼食や夕食を交換し、地元の特別な料理の作り方についてアドバイスをします。実際、若い人の間ではキャンプが流行っていて、森で数日生活することができるように、彼らは伝統的な方法を使って料理をする方法を学びます。

私はかつてトルコなど様々な国に住んでいました。それらの国々の食べ物のスタイルはチュニジアのものと似ていましたが、1つ大きな違いがあり、それはスパイスの使い方でした。チュニジアでは、辛い食べ物が人気です。スパイスとハリッサをたくさん使用しています。これは、基本的にローストした赤唐辛子、バクロウティペッパー、ハーブ、ニンニクペースト、キャラウェイシード、コリアンダーシード、クミン、オリーブオイルから作られたホットチリペッパーペーストです。ハリッサはほとんどすべてのチュニジア料理(クスクス、マルカ、スパゲッティレッドソース、メロウキアなど)に追加されます。

日本では、食文化は地中海とは大きく異なります。辛くはありませんが、寿司、刺身、そして私のお気に入りの生の馬の肝臓の純粋な味を味わうことができました！私にとって、それは私が人生で試した中で最高の肉の1つです！最近、体重を減らすために健康的な料理を作り始めました。日本の食材とチュニジアのスパイスを混ぜることも、大変美味しくできました！

また、7月には、私たちが住んでいる立石地区のコミュニティーセンターでチュニジア料理講座を開催させていただき予定です。食を通して皆さんと交流できることを楽しみにしています。もし興味があれば、立石コミュニティーセンター([0946-22-2101](tel:0946-22-2101))へお問い合わせをお願いいたします。

