

# 美味しいアフガン

厳しさの中の豊かさ

2016 年 2 月 6 日 (土) 17:30 ~ 20:30 (開場 17:00)

台東区立 社会教育センター 3F 調理室

東京メトロ 銀座線「稲荷町」駅より徒歩 3 分



写真はイメージです。実際の料理とは異なります。



参加費 : 3000 円

定員 : 30 名

要予約、参加費は食事込

お問合せ、お申し込みは

特定非営利活動法人

日本国際ボランティアセンター (JVC)



🌐 [www.ngo-jvc.net](http://www.ngo-jvc.net)

✉ [kato@ngo-jvc.net](mailto:kato@ngo-jvc.net)

Tel. 03-3834-2388

申込み締め切り : 2016 年 2 月 1 日 (月)

(定員になり次第締め切ります)

主催 : JVC アフガニスタン ボランティアチーム

# 美味しいアフガン

## - 厳しさの中の豊かさ -

アフガニスタンは、旧ソ連軍のアフガン侵攻をきっかけに 35 年以上も紛争が絶えない国となっています。日本に伝わるニュースからは、本来の豊かな文化を知る機会がありません。今回、**アフガン料理を作り、食事を楽しみ、アフガニスタンを知る**イベントを企画しました。アフガニスタンは東西文化が交わる十字路に位置し、料理にも各地の食文化の影響が見られます。日本人にはなじみの薄いアフガン料理、あなたも挑戦してみませんか？

### 料理メニュー（予定）

パロウ	アフガン風 羊肉のピラフ
バンジャン・ボラニ	揚げなすと羊挽肉のトマト煮込み
ムルギー	アフガン風 タンドリーチキン
ひよこ豆のコフタ	ひよこ豆の団子
サラダ	アフガン風 きゅうりとヨーグルトのサラダ

料理講師： 上野朱音（うえのあかね）



アフガニスタン、チェチェン、ジョージアなど中央アジアの国々の料理研究家。ジビエバー「Komabar3039」（中目黒）のチーフシェフです。JVC アフガニスタンボランティアチームのメンバー。

お問合せ、お申し込みは

特定非営利活動法人

日本国際ボランティアセンター（JVC）



🌐 [www.ngo-jvc.net](http://www.ngo-jvc.net)

✉ [kato@ngo-jvc.net](mailto:kato@ngo-jvc.net)

Tel. 03-3834-2388

申込み締め切り：2016 年 2 月 1 日（月）

（定員になり次第締め切ります）