

第二回

美味しいアフガン

アフガニスタンのお正月「ナウローズ」を食べる

2017年 3月 25日 (土)

16:30 ~ 19:30

(開場 16:00)

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



昨年の「美味しいアフガン第1回」調理例



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

kato@ngo-jvc.net

Tel. 03-3834-2388

申込み締め切り: 2017年3月21日(火)

(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

第二回

美味しいアフガン

アフガニスタンのお正月「ナウローズ」を食する

旧ソ連軍による侵攻をきっかけに35年以上も紛争が絶えないアフガニスタン。日本に伝わるニュースからは、本来の文化を知る機会がありません。今回は、アフガニスタンのお正月「ナウローズ」に作られるメニューをアレンジします。アフガニスタンではイラン暦が使われ、春分の日が元旦となります。ナウローズはペルシャ語(ダリ語)で、ナウ(naw)が「新しい」、ルーズ(ruz)が「日」を意味します。この機会に日本ではなかなか体験できないアフガニスタンのナウローズ料理を楽しみ、その豊かな文化に触れてみませんか？

料理メニュー (予定)

淡水魚のフライ	ナマズまたはナイルパーチ等のフライ
マントウ	牛肉の蒸し餃子(トマトソース&ヨーグルト)
サブジ・チャラウ	ほうれん草の炊き込みご飯
パコラ	野菜の唐揚げ
飲み物	(ナウローズのお茶が付きます)



サブジ・チャラウ



マントウ

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料理研究家。神保町のロシア料理『ろしあ亭』シェフ。JVCアフガニスタンボランティアチームメンバー。