

①自由な騎乗体験



②「プラーサムロス」魚の味に
パイナップルでアクセント



③飛行機に手が届きそうな
「マイカオ・ビーチ」



④心安らぐ「プロムテップ岬」の風景



タイ王国 チャンワット プーケット県(プーケット島)



蜂谷英凛さん(タイ王国 バンコク都出身)

外国人に人気があるタイの都市と言えば、プーケットを回答する人が多いと思います。40ヶ国からの直行便があり、昔は日本から直行便もあったそうです。しかも、タイ人である私でも外国の島だと思っているほど外国人が多いです。なぜこんなに人気があるのか、今日はタイ出身者の視点からプーケットを紹介したいと思います。

タイで一番大きな島ということもあり、自然が豊かで、息をのむほど綺麗で泳げるビーチ、滝がたくさんあります。滝でラフティング、海でスキューバダイビング等の水上のアクティビティを楽しむことができ、タイを代表する動物である象と滝で遊ぶこともできます。他に

も象に乗って、森を探検することも。(写真①)

タイは食べきれないほど果物がいっぱいある国とされていますが、プーケットの有名な果物と言えば、パイナップルです。プーケットの土はパイナップルに合っており、甘く実ったパイナップルに、塩をつけて食べるタイ人を多く見かけます。レストランに行けば、タイ風パイナップルチャーハン等パイナップルから作られたメニューもたくさんあります。(写真②)

プーケットは真珠に例えられるほど綺麗ですが、プーケットで取れる真珠も有名で品質が良く、国際美人コンテストの冠にも使われています。これらの真珠がどうやって育てられ作られているのか、プーケットにあるギャラリーで

INFORMATION



タイ王国

面積 514,000km²
人口 6,641万人
首都 バンコク
言語 タイ語

紹介されていますので、興味がある方はぜひ訪れてください。

最後に、撮影に人気のスポットのご紹介です。マイカオビーチでは触れそうなくらい近くを飛ぶ飛行機の写真が撮れます。(写真③)また、綺麗な夕日に癒されるプロムテップ岬も忘れずに。(写真④)

プーケットにはまだまだたくさんの興味深い所がありますので、ぜひ行ってみて、感想を聞かせてくださいね。

(文・写真: 蜂谷英凛さん)

おいしい 楽しい 世界のごはん!

インドネシア料理

川崎市国際交流協会は、ネイティブ講師による料理と文化紹介の講座「ふれあい交流会」を開催しています。今回は2021年の2月にオンラインで開催された「インドネシア料理」からインドネシアのチャーハン「ナシゴレン」をご紹介します。



三浦ジェニー先生

INFORMATION



インドネシア共和国

面積 約1,920,000km²
人口 2億6,700万人
首都 ジャカルタ
言語 インドネシア語

ナシゴレン

材料(4人分)

- サラダ油…………… 大さじ3
 - ナンプラー…………… 大さじ2
 - 鶏もも肉…………… 100g
 - きゅうり…………… 1本
 - 赤唐辛子…………… 2-3本
 - トマト…………… 1個
 - 玉ねぎ(あれば赤玉ねぎ) …… 中1/2個
 - サニーレタス…………… 適宜
 - にんにく…………… 4かけ
 - 揚げせんべい…………… 適宜
 - ご飯…………… 茶碗4杯(水は少な目で炊く)
 - 卵…………… 4個
 - ケチャップマニス…………… 大さじ4
 - フライドオニオン…………… 適宜
- (インドネシアの甘口醤油)

作り方

- ① フライパンに油をひいて熱し、ミキサーですりつぶした赤唐辛子、玉ねぎ、にんにくを入れて、香りが出るまで炒める。
- ② 一口大に切った鶏もも肉を加えて、色が変わるまで炒める。
- ③ ご飯、ケチャップマニス、ナンプラーを加えて、よく混ぜながら炒める。
- ④ 付け合わせとして、斜めにスライスしたきゅうり、スライストマト、サニーレタス、揚げせんべい、目玉焼きを盛り付ける。
- ⑤ 最後に、フライドオニオンを散らして出来上がり。



(文・写真: インドネシア語相談員 リアナ・フェロニカさん)