



炭化した稲粉。放射性炭素法で年代測定したところ、紀元前五千年くらいのもものと判明。



「天一閣」と呼ばれる、中国最古の図書館。1561年～1566年創建。



中国江南地方の古民家の外壁レンガやタイル等を再利用して建てられた「寧波博物館」



金木犀の花の砂糖漬をのせた「寧波湯圓」

中華人民共和国 寧波市

～古の輝きと現代の躍動が交差する美しい港湾都市～



邢 洋洋さん(浙江省 寧波市出身)

寧波は、中華人民共和国浙江省に位置する美しい港湾都市です。長い歴史と重要な交易拠点としての地位を持ち、現代的な都市の魅力と伝統的な中国文化の融合が見事に成されています。この素晴らしい都市は、観光、ビジネス、文化交流において、訪れる人々を魅了してやみません。

寧波の歴史は古く、新石器時代から始まります。河姆渡遺跡は、寧波の余姚で発見された、稲作農業(水稻)を基盤とした新石器時代中期の遺跡です。1970年代に7000年前の大量の稲粉と生産道具、生活用品などが発見されて、考古学界や農学界はこぞって驚き、賛嘆し、河姆渡こそ水稻の起源であると考えました。

また、寧波はシルクロードの一部とし

て栄え、海上交易が栄えたことから、多様な文化と風習が融合してきました。寧波の古い街並みや寺院、古跡は、その歴史的背景を証明しています。そして、近年の急速な発展により経済的な重要性も増えています。現代的な高層ビルやショッピングモール、観光スポットが点在し、活気あふれる生活が広がっています。

寧波の象徴的な観光スポットとしては、「天一閣」と呼ばれる図書館があります。中国最古の図書館であり、貴重な古文書や古典が所蔵されています。

食文化も寧波の魅力の一つです。海に近いので新鮮な海産物を使った料理が豊富で、米料理もたくさんあります。特に、寧波湯圓や白蟹炒年糕として知られる魅惑的な一品は絶対に食べるべきです。

寧波港は中国有数の重要な港湾で



INFORMATION



中華人民共和国

面積 9,600,000km²
人口 約14億人
首都 北京
言語 中国語

あり、国際貿易においても重要な役割を果たしています。ビジネス目的で訪れる人々にとっても、経済的な活気が感じられるでしょう。さらに、鉄道、航空路線、高速道路などの交通網も発達しており、アクセスが便利です。親しみやすい地元の人々が訪問者を温かく迎え入れています。

寧波は、古代の歴史と現代の発展が融合した、魅力的で多彩な都市です。伝統的な文化とモダンなライフスタイルが交差するこの場所で、心温まる体験をすることができます。ぜひ一度訪れて、その魅力に触れてみてください。

(コーディネーター:編集ボランティア 李芷君)

おいしい 楽しい 世界のごはん!

ベトナム料理

川崎市国際交流協会でこれまでに開催した講座から、今回はベトナム社会主義共和国ホーチミン出身のファム・ユイ・タイさんに教わった、ベトナム家庭料理のレシピをご紹介します。



INFORMATION



ベトナム社会主義共和国

面積 329,241km²
人口 約9,946万人
首都 ハノイ
言語 ベトナム語

鶏肉のフォー

材料(2人分)

- 鶏がら……………1羽分
(鶏がらスープの素 小さじ2、水4カップ可)
- 鶏もも肉(むね肉も可)……………200g
- もやし……………100g
- フォー(乾麺)……………200g
- 細ねぎ……………2、3本(小口切り)
- パクチー……………適量(みじん切り)
- 生唐辛子……………2、3本(小口切り)
- ライム(レモンも可)…1/2個(くし切り)

★調味料

- ▲ シナモン……………1本
八角……………4個
- ガルダモン……………2個(軽く割る)
- 玉ねぎ……………2個(厚めの輪切り)
- 生姜……………1個(縦にスライス)
- 長ねぎの青い部分……………適量
- ナンプラー……………大さじ2
- 塩、砂糖……………各小さじ1

作り方

- ① フォーを1時間ほど水につけて戻す。
- ② 大鍋にお湯を沸騰させ、鶏がらをさっとゆでた後、水で洗う。お湯は捨て、鍋も洗う。
- ③ ▲のスパイスをフライパンで焦げないように乾煎りして、香りをだす。
- ④ ▲の玉ねぎ、生姜を直火かフライパンで焼いて、焦げ目をつける。
- ⑤ 大鍋に鶏がらを入れ、かぶるくらいの水を入れる。▲を加え、沸騰したらふつふつと沸騰する火加減(弱中火)で1時間ほどあくをとりながら煮て、●を入れる。
- ⑥ ⑤に鶏もも肉を入れてゆでる。火が通ったら、食べやすいように切る。
- ⑦ ⑥のスープをこして味見し、甘じょっぱさが足りなかったら、●の調味料で調整する。
- ⑧ もやしを沸騰した湯で湯通しして、戻したフォーもさっとゆでる。
- ⑨ 丼に最初にもやしを入れ、その上にフォーをのせてスープをそそぐ。鶏肉、細ねぎ、パクチー、唐辛子をのせたら出来上がり! いただく時に、好みでライムをふりかける。

(編集:川崎市国際交流協会 加藤恵美)

