

# 9月11日(木) キューバ料理



## アヒアコ

● お肉やお芋を煮こんだ、とろみのある優しい味わいのスープ。  
素材の味を活かします。

● 数種類のお芋を使い、本場では調理用の甘くないバナナもいれます。



## ピカディージョ

● ひき肉ときざんだ野菜を炒めた料理。本場では、オリーブの実やレーズンなども使われています。

● ピカディージョには、「こまかくきざんだ」という意味があります。



# 9月11日(木) キューバ料理



トストーネス



アロス・コングリ

アロス・  
コンポジヨ



ほか りょうり  
他にもいろいろな料理があります

ポジヨ・フリート



プエルコ・アサード



ポタヘ・デ・  
フリホーレス  
・ネグロス





キューバ  
はここ！

