

# 世界の料理

“コロナ”が落ち着いたころにやりたいことについて、  
約6割※以上が旅行、  
そしてそのうち3人に1人が海外旅行というデータがでています。

※出典：カゴメ調べ／インターネット調査／2022年3月18日～22日／n = 1,062



海外ご当地メニューは継続して人気が高まっています。  
今回はそんな「世界の料理」の中から  
給食でも活用しやすいチキンメニューをご提案させていただきます。

## チキンオーバーライス

ニューヨークの  
定番屋台ごはんとして愛されている  
B級グルメです。  
スパイスの効いたチキンを  
サフランライスなどにのせ  
ソースをかけるメニューで、  
数年前から日本でも専門店などが  
増えてきています。



## ジャンバラヤ

挽肉や鶏肉などを使った  
アメリカの郷土料理。  
スパイシーな味わいが世界中で  
親しまれています。



どちらもケチャップやトマトソースを使うことで手軽に作る事ができるので、  
なかなか海外旅行にいけない今、ぜひメニューに取り入れてみてはいかがでしょうか。

9月



## ジャンバラヤ

使用食材 分量：10人分

精白米	6合
鶏もも肉	150g
ウイナーソーセージ	150g
カゴメ冷凍3色ピーマングリルのミックス	200g
たまねぎ(粗みじん切り)	150g
【A】	
カゴメトマトソース濃縮タイプ	100g
水	300g
チキンコンソメの素	5g
にんにく(すりおろし)	5g
ローリエ	1枚
チリパウダー	1g
塩	3g
こしょう	0.3g
オリーブ油	10g
パセリ(乾)	2g



3色ピーマングリルのミックス (ダイスカット)500g  
トマトソース濃縮タイプ500g



## チキンオーバーライス

使用食材 分量：10人分

【ターメリックライス】		【ヨーグルトソース】	
米	5合	プレーンヨーグルト	30g
ターメリック(パウダー)	10g	にんにく(すりおろし)	30g
塩	2.5g	レモン汁	10g
有塩バター	50g	塩	3.5g
【タンドリーチキン】		【タンドリーチキン】	
鶏もも肉	250g	カゴメトマトケチャップ標準	150g
カレー粉	10g		
にんにく(すりおろし)	50g		
プレーンヨーグルト	30g		
塩	1g		
こしょう	0.1g		
【つけ合わせ】		【つけ合わせ】	
レタス	100g		
トマト	300g		

