

# セネガルは日本よりも〇〇をよく食べる



大皿をみんなでかこんで食べます

Asalaamaaleku! (アッサラームアライクム)

こんにちは。いきなりですが、みなさんに問題です。世界で一番お米を食べているのはどこの国でしょう？せいはいは、バングラデシュで、一人当たり473gのしょうひりょうだそうです。では日本とセネガルはどうでしょう。日本は119gで第50位、そして、セネガルは195gで第23位とじつは日本よりもお米を食べる国なんです。毎日一食（特に昼）はお米を食べます。日本のように白いごはんとおかずという食べ方ではなく、たきこみごはんやどんぶりのような料理です。大きなボール一つにもりつけられて、家族みんなでお皿を囲んで食べます。

## きっと食べたなら好きになるセネガル料理

代表的なセネガル料理といえば“チェブ・ジェン”チェブが米でジェンが魚...日本語にそのままやくすと魚ごはんです。セネガルに来たら必ず食べてほしい料理。というよりかは、セネガルに来たら食べずに帰ることはまずないぐらい、どのお店や家庭でも食べられている料理です。魚とたくさんの野菜、そしてお米にもしっかりと味がしみこんでいてとてもおいしいです。市場に買い物に行くと、「今からチェブジェンつくるの？」と聞かれるのですが、魚をあげたり、野菜をにこんだり、とても手のこんだ料理なので、まだ作ったことはありません。でも、日本に帰る前に、レシピをおぼえて帰りたい！！

と、今回はチェブジェンのしょうかいで終わってしまいましたが、他にもセネガルにはおいしい料理がたくさん！！セネガル料理シリーズ第2だん、第3だんもお楽しみに。



セネガルの小学校は、7月から9月の終わりまで約3か月間の長い長いお休みに入ります。私はこのお休みの間に、まだ行ったことのないセネガルの村や町に行きたいと思っています。みなさんも楽しい夏休みを過ごしてくださいね。

今日のウオロフ語

### Kay leen añ

(カーイ レーン アニュ)

: お昼ごはんを食べよう!

...この言葉が聞こえてきたら、おいしいお昼ごはんをごちそうしてくれるかも