

# 6月 インド



- ・フィッシュティッカ
- ・コールスロー
- ・里芋のスパイシーフライ
- ・ダル豆スープ風
- ・ライス



- ・ヤッサム
- ・紅茶

インドでは、昔からスパイスを食文化に取り入れてきた歴史に加え、暑い気候の中でも食欲を維持する為にスパイスを使うようになったそうです。菜食主義者が多いインドでは肉類に代わりに乳製品でたんぱく質を摂取する傾向があります。スパイスを使いながらも、食べやすい味付けに工夫して作りました。

このページは、6月のインドに関する雑学や文化を紹介するカレンダーです。中央にはタージ・マハルのイラストが描かれています。左側には「インドの国花 蓮(ハス)」や「インド料理」に関する情報が記載されています。右側には「タージ・マハル」の歴史や建築に関する説明があります。下部には「June 水無月」や「2023年 令和五年 6月」の表示があります。