



カ バ ダ リ フ ァ ラ
Khobar dari Farah

2022
6



国際交流員ファラからのお知らせ



ボランティア・参加者の皆様と一緒に

ハリラヤを一緒に祝おう！

5月28日（土）に、新居浜市国際交流協会（NIC）主催イベントの一環として、ハリラヤのオープンハウス（お祝い・お食事会）を開催しました。

今回は、料理作りや部屋の飾り付けなど、前日から準備することがたくさんあったので、国際交流協会の会員はもちろん、市内の高校生や新居浜高専の留学生、松山からの大学生もボランティアとして駆けつけてくださいました。

当日は、ハリラヤについて説明した後、40名近くの参加者の皆様と一緒にお菓子をいただきながらゲームなどをしました。また、①クア・ロントン（野菜のココナッツミルクスープ）や、②



チキン・ルンダン（ココナッツミルクと香辛料で長時間煮込んだ肉料理）など、ハリラヤの特別料理も用意しましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、すべてお持ち帰りいただきました③。



ハリラヤのお菓子



マレーシアのお手玉に挑戦する参加者



伝統服を着たボランティアの皆様

マレーシア料理を一緒に作りましょう！



トマトライスー



出来上がり♪



香辛料を紹介

6月6日（月）に、新居浜公民館においてマレーシア料理教室を開催しました！

メニューは、私の大好きなマレーシア料理の一つ、^{ナシ トマト}Nasi Tomato（トマトライス）と
^{アヤム マサック メラー}Ayam Masak Merah（スパイシートマトチキン）です！日本のケチャップライスに似ていて、ケチャップライス好きの方にはぜひ食べてほしい一品です。

デザートには夏にぴったりの^{ブボー ジャゴン}Bubur Jagung（トウモロコシとココナッツミルクスープ）を作りました！簡単に作れるので、ぜひ試してみてください！

ブボー ジャゴン Bubur Jagung レシピ

【材料】

水	600ml
タピオカ	30g
スイートコーン（粒）	400g
コーンクリーム	1 缶
ココナッツミルク	200ml
砂糖	100g
塩	一掴み

イメージ：



←タピオカ

ココナッツミルク→



（普通のスーパーでも購入できますよ！）



【作り方】

1. お水を沸騰させて、タピオカ、スイートコーン、コーンクリームを入れてゆでていきます。
2. タピオカが透明になったら、ココナッツミルクを入れて、混ぜながら弱火で温めていきます。
3. ココナッツミルクが沸騰したら、砂糖と塩を入れます。砂糖が溶けたら完成！
4. 温かいスープとして食べるのもいいし、冷やして食べても美味しい！