

平成29年1月18日（水）



ぎゅうにゅう
牛乳

チリコンカンライス

やさい
野菜スープ

フルーツヨーグルト

せかい りょうり
世界の料理
(メキシコ)



チリコンカン

メキシコとアメリカテキサス州しゅうのあたりで、カウボーイが食べていたといわれています。

スペイン語で「肉入り唐辛子」という意味で、肉と豆をチリ風味でスパイシーに煮込みます。

メキシコでは、トルティーヤというパンと一緒に食べますが、

今日はドライカレーのように、ご飯と一緒に食べてみてください。

