



A&J NEWS LETTER

MAIN CAMPUS

7/9 特別メニュー KABSA



7月9日のディナーメニューには、中東の伝統料理「KABSA（カブサ）」が登場しました。食堂にはスパイスの香りが漂い、生徒たちは興味津々にその味を楽しんでいました。なかでもサウジアラビア出身の生徒たちは、久しぶりに味わう母国の味に笑顔を見せ、何度もおかわりをしていたのが印象的でした。





KABSA (カブサ) とは？

カブサは、サウジアラビアをはじめとするアラビア半島で親しまれている伝統的な炊き込みご飯です。バスマティライスに、チキンやラムなどの肉をのせ、トマトや玉ねぎ、香辛料（カルダモン、クローブ、シナモン、ローレルなど）と一緒に炊き上げることで、深みのある風味と鮮やかな色合いに仕上がります。

夕食後にとったアンケートのコメント抜粋

HONESTLY, IT WAS AN EXCELLENT TASTE, AND THE PROOF IS THAT THERE WAS NOTHING LEFT OF THE KABSA. FROM WHAT I SAW, SOME STUDENTS EVEN HAD TWO TO FOUR SERVINGS. AS FOR ME, I DIDN'T EXPECT TO GO FOR SECONDS. THAT'S WHY I HOPE THIS BECOMES OUR DAILY LUNCH MEAL.

「正直、とても美味しかったです。その証拠に、カブサは一口も残っていませんでした。私が見た限り、何人かの学生は2回～4回おかわりしていました。まさか私自身もおかわりするとは思っていませんでした。だからこそ、これが毎日のランチになってくれたらいいなと思います。」

中東エリアでの人気料理



SHAWARMA (シャワルマ)

スパイスで味付けした肉（チキンやビーフなど）を大きな串に重ね、回転式グリルでじっくり焼いたもの。薄くそぎ切りにして、ピタパンやラップで野菜やソースと一緒に包んで食べる。中東全域で人気のストリートフードで、国によって味付けや具材のスタイルが少しずつ異なるのも魅力。



TABBOULEH (タブーリ)

パセリやミント、ブルグル（挽き割り小麦）、トマトなどを細かく刻んでレモンとオリーブオイルで和えたサラダ。爽やかな風味で人気。もともとはレバノンやシリアの伝統料理で、近年ではヘルシーなメニューとして世界中で親しまれています。