ホストタウン応援コラム Vol.14

おうちでトルコ料理② 「ジャジュック」

みなさんメルハバ（こんにちは）！
本庄市を代表する野菜の一つである「きゅうり」。生のままサラダに、塩もみや酢の物、冷や汁など、レシピのバリエーションも豊富です。
今月は、旬を迎えたきゅうりを使ったスープのようなサラダのようなちょっと変わったトルコ料理「ジャジュック」をご紹介します。ヨーグルトの酸味ときゅうりの食感がマッチするこの料理は、果たしてスープなのかサラダなのか？皆さんも作ってみませんか。

材　料（4人前）

きゅうり……1本
塩……少々
プレーンヨーグルト……500グラム
にんにく……1かけ
水……1カップ
ディル……適量
ドライミント……少々
粉唐辛子……少々
オリーブオイル……少々

作り方 How To Cook

① きゅうりは粗いみじん切りにし、ボウルに入れて塩を加え混ぜ、5分ほど置く。

② ①にプレーンヨーグルト、すりおろしたにんにくを加えてよく混ぜ、水で伸ばして1時間程度冷蔵庫で冷やす。

③ 器に②を盛り、ディル、ドライミント、粉唐辛子をちらし、オリーブオイルをかけてできあがり。

ワンポイント
きゅうりの刻み方は、食感を楽しみたい方は大きめに、なめらかな方がお好きな方はミキサーにかけるなどして、お好みの大きさでお召し上がり下さい。水の量や香草、香辛料を調整し、あなたの好みのジャジュックを作りましょう。

Let's try!

今月のトルコ語
トルコ料理店で「美味しい」と伝えたい時は、ぜひ次のように言ってみてください。
「lezzetli（レゼットリ）」

来月号もお楽しみに！

ギョルシュルズ！（またね）
★オリンピック・パラリンピック支援室
☎25-1615

本庄市の将来像
あなたと活かす、みんなで育む、歴史と教育のまち 本庄
～世のため、後のため～

のりしろ

あなたの声を市政に！「市長への手紙」

市政に対して感じていることや望むことなどがありましたら、この手紙に書いてお寄せください。

（差出人）　※欄の記入は必須

住　所※	□□□-□□□□				
氏　名※		電話※	（　　）		
職　業		年齢	歳	性別	男　・　女

私の提言・意見（　　）について

（本文）

○ 回答を希望しますか。
・希望します
・希望しません

○ 公開してもよろしいですか。
（個人が特定される情報は掲載しません。また、匿名の場合は公開しません。）
・はい　・いいえ

※それぞれどちらかを○で囲んでください。

のりしろ