

## ホストタウン推進事業

—No.32 三郷市—

**【事業の目的】**

ギリシャ共和国を相手国とするホストタウンに登録（平成 28 年 6 月）されたことを契機に、同国とスポーツをはじめ、文化などの更なる交流等を図るとともに、2020 年東京オリンピック・パラリンピックに向け機運醸成を図ります。

**【事業の内容】**

オリンピック・パラリンピックの開催を契機に、多くの選手・観客等の来訪による、地域の活性化等の推進及び事前合宿の誘致等を通じ、ギリシャ共和国とのスポーツ・経済・文化等の様々な相互交流を図り、将来に向けてのレガシー（遺産）を残していくことを目指しています。

**【事業年度】**

平成 29 年度～

**【予算額(千円)】**

11,400千円

**【財源】**

一般財源（市）

**【事業実施に至った背景・経緯】**

平成 26 年に開催した『みさとシティハーフマラソン』を契機に、同国大使からのシティハーフマラソン優勝者へのオリーブ冠の贈呈に加え、同国大使を含め、大使館職員も参加する等スポーツ交流を行ってきました。

また、平成 28 年 5 月 17 日には市長が駐日ギリシャ大使館を訪問し、同国選手団の事前キャンプの誘致を実現に向けた依頼を行ったところです。

## 【事業のPRポイント】

平成 29 年度には、これまでのスポーツ交流に加え、三郷市の食材を使用したギリシャ料理のレシピ集を作成する等、食文化交流を予定しています。

さらに、市内小中学校において、同国の歴史や文化を学ぶ講演会を行うとともに、給食として提供されるギリシャ料理を大使館職員が児童らと一緒に食べるなど、学校教育分野における文化交流も予定しており、様々な分野にわたり同国との交流を図っていきます。

## 【事業実績・成果】

○ 平成 29 年 2 月

『第 48 回みさとシティーフマラソン』後、駐日ギリシャ大使館関係者をはじめとするホストタウン事業関係者と三郷市の食材を使用したギリシャ料理を提供した懇親会を開催。

○ 平成 29 年 3 月

『ギリシャイヨルティ（フェスティバル）』開催。

## 【今後の展開】

○ 平成 29 年 2 月の懇親会で提供した、三郷市の食材を使用したギリシャ料理のレシピ集を作成予定です。

○ 平成 29 年 4 月 から、学校教育において文化交流事業として駐日ギリシャ共和国大使館職員による講演会（同国の歴史や文化を学ぶ）を行う。平成 29 年度は市内 9 校の小中学校で開催し、5 月 30 日には講演会后、給食として登場するギリシャ料理を大使館職員と一緒に食べ、食文化の交流も行う予定です。

## 【参考資料】

「ギリシャ共和国との食の文化交流」

〔 連絡先 〕

企画調整課 プロジェクト推進室

048（953）1111（内線5537）

# ギリシャ共和国との食の文化交流 (三郷市の食材を使ったギリシャ料理)

## Cultural Exchange of Food

(Greek cuisine using ingredients of Misato City)



**ホストタウン事業**  
ギリシャ共和国 × 三郷市

2017, 2, 5

本日のメニュー 7品

ギリシャヨーグルト  
タイムのはちみつ添え

P8

P2  
フェタチーズと旬野菜サラダ

ジャガイモとナスの  
三郷風ムサカ

P3

P7  
小松菜ピラフ  
ギリシャ風

P4  
スブラキのギリシャ風  
彩野菜巻き

P6  
タラモサラタ

小松菜のドルマデス P5



## □ フェタチーズと旬野菜サラダ

### Σαλάτα με φέτα και λαχανικά εποχής

#### ■ギリシャサラダ【解説】

季節の旬野菜を使用し、レモン汁、オリーブ油、塩で和え、サッパリと仕上げ、フェタチーズ※、オレガノ、ディルをトッピングしたシンプルなサラダです。

#### ■三郷風のアレンジ

サラダに使用する野菜とハーブはポタジェの庭(P9参照)で収穫したものを一部使用。

For this salad dish, we use some vegetables and herbs grown in our Potage garden.

※フェタチーズ・・・羊あるいは山羊の乳からつくられるチーズ  
牛乳アレルギーの人も食べられるとされている。



## □ ジャガイモとナスの三郷風ムサカ

Μουσακάς με πατάτες και μελιτζάνες του Μισάτο

### ■ムサカ【解説】

ギリシャの伝統的な料理であり、牛ひき肉や合挽肉で調理した濃厚なミートソースとナス、ジャガイモを交互に重ね、2段にし、その上にホワイトソースとチーズをたっぷりかけてオーブンで焼いたものです。

### ■三郷風アレンジ

ギリシャを代表する料理「ムサカ」に三郷市特産の小松菜をたっぷりとミートソースに加え仕上げました。

We cook the Bolognese sauce for “Musaka”, the typical Greek dish, with generous amount of Japanese mustered spinach called Komatsuna which is our local specialty product in Misato City.



## □ スブラキのギリシャ風彩野菜巻き

Σουβλάκι τυλιχτό με ποικιλία λαχανικών

### ■スブラキのピタサンド【解説】

ギリシャ人が大好きな国民的ファストフード。スブラキは豚肉や鶏肉を竹串に刺し、塩コショウ、オレガノを加えてシンプルにグリルで焼いたもの。ピタパンにそのスブラキと新鮮な野菜、ギリシャでは欠かせないディップであるジャジキ(ヨーグルトときゅうりのディップ)を挟んだボリュームのあるラップサンドです。

### ■三郷風アレンジ

カフェポタジェで人気の「彩野菜巻き」に使用している三郷市特産の小松菜をペースト状にして練り込んだ生地をピタパンに置き換え、スブラキと彩りきれいな新鮮野菜、ジャジキを巻いて仕上げました。これぞ、ギリシャと三郷のコラボレシビと自信持ってお勧めします。

This Suburaki is served on Komatsuna bread instead of pita bread and rolled along with colorful fresh vegetables and Jajiki sauce.

The Komatsuna bread is used for our popular dish 'Irodori-yasai-maki (colored-vegetable roll)' here in 'Café Potage'.



## □ 小松菜のドルマデス

### Ντολμάδες με φύλλα Κομάτσουνα

#### ■ドルマデス【解説】

ギリシャ人は巻いたり包んだりした料理が大好きです。その代表的な料理がドルマデス。ブドウの葉で米や肉、ハーブなどのフィリング【餡】を包んで調理したものです。

#### ■三郷風のアレンジ

ブドウの葉で巻くのが一般的なドルマデスを、三郷市特産の小松菜を使用して一口で食べやすく仕上げました。

フィリングに加えるハーブは、ミントの葉、パセリ等で、すべてポタジェの庭より収穫したものを使用。

Grape leaves may be used for Dolmades, but we make it with Komatsuna instead, as you can eat them with small bite.

All herbs used for the filling such as mint leaves, parsley are from our Potage garden





## □ タラモサラタ

Ταραμοσαλάτα

### ■ タラモサラタ【解説】

パン食が主流のギリシャのテーブルに欠かせない、ディップ【クラッカーや生野菜などにつけて食べるためのクリーム状のソース】御三家の一つで有名。

「タラモサラタ」はペースト状の魚卵のサラダという意味です。

【本日は、タラコを使用しています。】



# □ 小松菜ピラフ ギリシャ風

## Πιλάφι με φύλλα Κομάτσουνα

### ■たっぷり野菜のピラフ【解説】

ほうれん草など1種類の野菜を、たっぷり入れて炊き込むお米料理。  
食べるときにレモンをたっぷり絞っていただくのが一般的です。

### ■三郷風アレンジ

ほうれん草で炊き込むところを、三郷市特産の小松菜に置き換えて仕上げました。  
小松菜の味をストレートに味わうことができる、ピラフです。

We use Komatsuna instead of spinach for this pilaf.  
You will enjoy the taste of Komatsuna on this dish.



# □ ギリシャヨーグルト タイムのはちみつ添え

## Ελληνικό γιαούρτι με θυμάρι και μέλι

### ■ ギリシャヨーグルト【解説】

ヨーグルトの水分をよく切るなので、とても濃厚で滑らかな、クリームのような食感でギリシャでは主流です。最近では日本でも知名度が上がってきています。ギリシャではポピュラーなはちみつを添えて食べるのが一般的です。



## □ レシピの作成について

今回の料理の考案は、ピアラシティ交流センターを指定管理している日比谷花壇みさと街づくり共同事業体に依頼しました。

公共施設であるピアラシティ交流センターには、公園が併設されており、その中に【ポタジェの庭】と呼ばれるコミュニティガーデンがあります。

この【ポタジェの庭】で育った野菜を使って、センター内にある【カフェ&ポタジェ】で三郷産の野菜を使った料理を提供しています。

この実績から、今回の  
『三郷市の食材を使ったギリシャ料理』  
が生まれました。

