

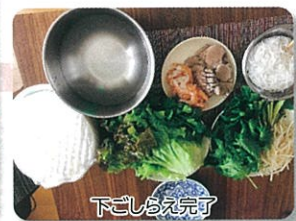


<ベトナム出身>グエン ティ ミイ ハンさん

バン コー
ホエ ホン
(お元氣ですか?)



生春巻き



下ごしらえ完了

生春巻き(ゴイクオン)

材料(8本/4人分)

○豚ヒレ肉ブロック(バラ肉、豚小間切れでもOK) 200g
○むきエビ 100g ○レタス(大きな葉)3枚 ○きゅうり 1/2本 ○もやし1/3袋 ○ピーフン(または、そうめん) 100g ○ハーブ(大葉、ミントなど)お好みで ○ライスペーパー8枚

【たれ】

○市販の甘みそ(味噌田楽用、またはもろ味噌)適量
○ピーナッツ(軽く砕いておく)お好みで
※ヌックマム(ベトナムの魚醤)をつけて食べてもいいですが、スーパーで売っているものは原液(塩辛い)と調理済みのものがあるので、調理済みを使ってください。

作り方(調理時間:30分)

◆下ごしらえ

- 1 豚ヒレ肉は茹でて3mmの薄切りにする。
- 2 むきエビは市販の袋入りを縦半分にしてスライスする。
※巻いたときに透けて見えるように。
- 3 レタスは芯を取り、きゅうりは細長く切っておく。
- 4 もやしは基本生ですが、食べにくければ軽く湯通しする。
- 5 ピーフンを茹でて、冷ましておく。

◆作り方

- 1 巻く直前、ライスペーパーをボールかバットに入れた水に軽く通し、平らな皿に広げる。
- 2 ライスペーパーの端を1/4ぐらい内側に折り込み、その上に野菜(レタス、きゅうり、もやし、ハーブ)→豚肉→ピーフンを適量載せ、最後にスライスしたエビを2枚置き(透けてみえるように)、左右の端を内側に織り込みながら巻いていく。
※慣れるまで、具材はごく少量ずつにしたほうが巻きやすいです。
- 3 甘みそに砕いたピーナッツを入れたたれをつけて、召し上がれ!

ベトナムの祝日は5日だけ

ベトナムの祝祭日は年たった5日だけです。その中の1日が、9月2日のベトナムの独立記念日です。第二次世界大戦が終わった1945年に日本がポツダム宣言に調印した9月2日、ハノイでベトナムの独立が宣言されました。現在でも、独立記念日にはパレードや式典があり、どの家でも国旗を飾ってお祝いをします。会社からはちょっとボーナスが出たりするんですよ。

ベトナムの一番長い休みは…

5日の祝祭日の他に旧正月(テト)があり、ベトナムでは一番長く一番楽しみにされている休みです。日本のお正月と一緒に、実家に帰省し家族や親せきと過ごします。お餅やおせち料理のような郷土料理もあります。私の出身地のメコンデルタでは、旧正月にBanh Tet(バイン・テット)とThit Kho(ティット・コー)という料理を作ります。バイン・テットは豚肉と卵をもち米で包んで煮る料理で、ティット・コーは豚肉とおひろの卵を角煮のように煮込んだ料理です。また、ビールともち米のお酒が、よく飲まれますが、ベトナムの女性はほとんどお酒は飲みま

せん。子供たちは親戚や学校の先生のお家をまわり、お年玉をもらいます。

私の好きなもの

ベトナムに帰ったら食べたいものも飲みたいものはたくさんあるのですが、ベトナムには麺料理の種類が多くあり、私も大好きで、家族や友達と食べに行きます。食事の時には必ず、南の地方では冷たいお茶、北の地方では温かいお茶を飲みます。食後は友達とお気に入りの店でアイスコーヒーやスムージーを飲みます。私のお気に入りには、アボカドに練乳で甘味をつけたスムージーです。最近ではタピオカや冷たい紅茶も人気です。

ベトナムで流行りの…

ベトナムの若い人たちには韓国のドラマや化粧品が人気です。スポーツはサッカーが人気で、ベトナムは東南アジアでは強いほうです。日本の漫画とアニメも人気で、名探偵コナンの新刊は1~2か月後にはベトナム語の翻訳版が出版されます。これはみんな楽しみにしています。また、日本の小説も多く翻訳されています。最近、私は三上延さんの「ビブリア古書店の事件手帖」を送ってもらい、ベトナム語で全巻読みました。

パスポート・マイナンバーカードの写真は

大宮・川越・春日部・川口の各パスポートセンターに併設

クイックフォトスタジオで!

5年

10年

長く使うものだから…

信頼の技!大満足な品質!

パスポートはもちろん、マイナンバーカードのお写真も、是非、信頼と実績のクイックフォトスタジオへ!

ビザ用、各種証明写真も取り扱っております。

クイックフォトスタジオ大宮・川越・春日部は日曜日にも営業しております! ご利用お待ちしております。



相続・交通事故・離婚・刑事弁護・労働の相談は初回30分無料。債務整理のご相談は、2回目以降も無料です。[広告]



☆女性弁護士4名、総勢14名の弁護士が所属しています。☆土曜・日曜・ナイター相談も行っています。☆開設以来25年以上、埼玉県民の皆様の法律相談、ご依頼を主に承っています。

在住外国人の方も 英語、韓国語に対応。通訳が必要な方は、ご予約のとき、お申し出ください。ぜひご相談ください!! ただし、法律扶助に該当しない方は、別途通訳料がかかります。

まずご予約下さい

電話の場合は日本語、ホームページからのメールの場合は、日本語、英語または韓国語でお願い致します。

ご予約専用電話▶0120-25-4631 ホームページ▶<https://www.saitama-bengoshi.com/>



埼玉弁護士会所属

弁護士法人グリーンリーフ法律事務所

〒330-0802 さいたま市大宮区宮町1-38-1 KDX大宮ビル6階

*大宮駅東口から徒歩3分
東口(北)出てすぐ左折して直進。
1階はEXILEのダンススクール。



2020年7月発行 公益財団法人 埼玉県国際交流協会

Saitama International Association URL <https://sia1.jp/>

バックナンバーはこちらから... sia1.jp/t-pu/f/ で 検索