

さしみ
ペルーの刺身
セビチエ



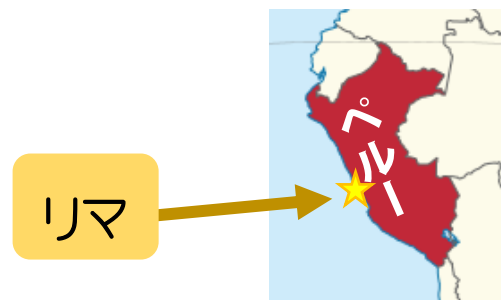
ぶん か ひと 文を書いた人 スーシー・ビラクレス(ペルー)、なかごしな おみ にほん 中越尚美(日本)

え か ひと 絵を描いた人 アビ・ビラクレス (スーシーの娘 むすめ ななさい 7歳)

この読み物「ペルーの刺身 セビチェ」は、アビが絵を描きました。

アビは、私、スーシーの一人娘です。今7歳で、日本の小学校の一年生です。

アビと私は、ペルーのリマから東京に来ました。リマはペルーで一番大きい町です。

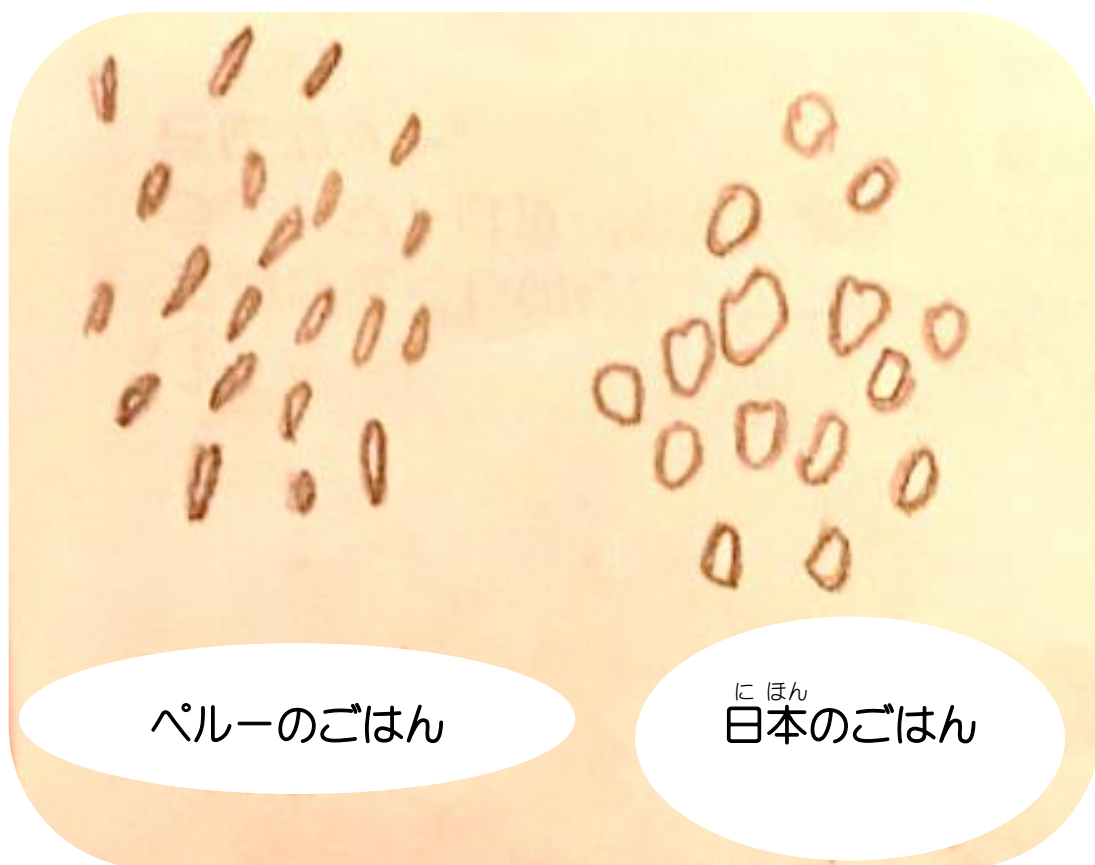


私たちの国ペルーは、南アメリカにあります。



ペルーの隣の国は、エクアドル、コロンビア、ブラジル、ボリビア、そして、チリです。

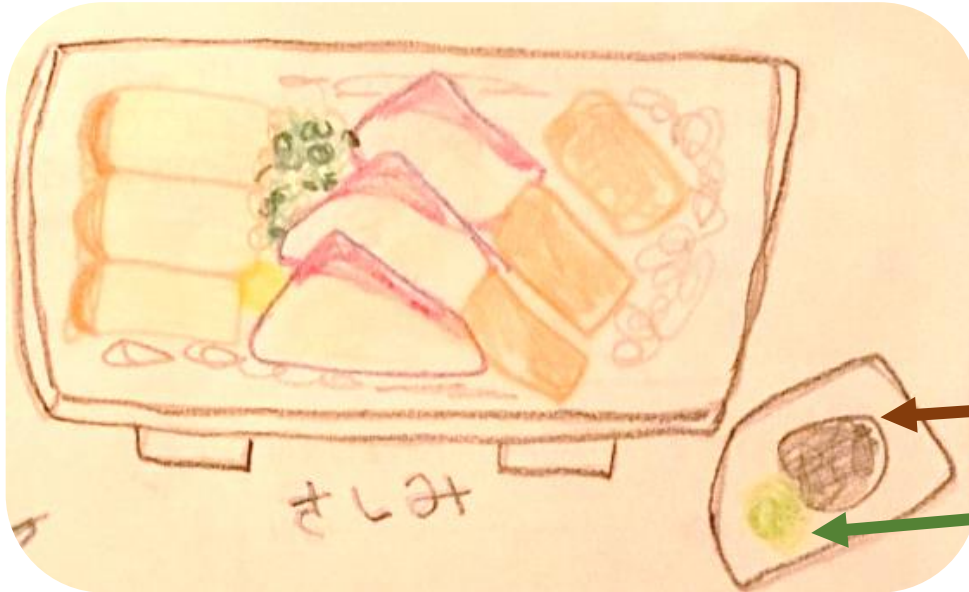
ペルーで一番大きい町、リマは海が近いです。そして、海の近くに
住むペルー人は、よくごはんを食べます。でもペルーと日本のごはん
は少し違います。日本のごはんは、丸いジャポニカ米ですが、
ペルーのごはんは細いインディカ米です。



私の名前はスージー。そう、寿司です。そして、本当に私は日本の
寿司が好きです。刺身も大好きです。

実は、ペルーにも「セビチェ」という刺身の料理があります。でも、
ペルーと日本の刺身は少し違います。

にほん さしみ
日本の刺身



しょうゆ

わさび

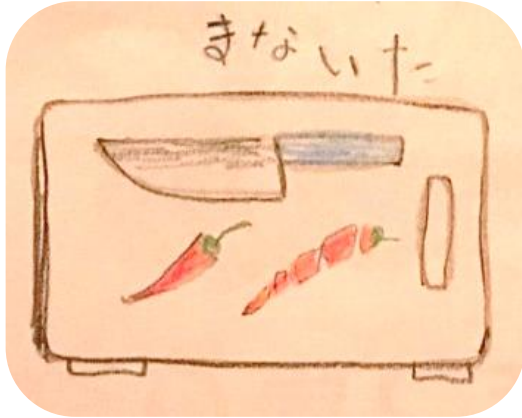
にほん さしみ さかな なら さかな だいこん やさい うえ
日本の刺身は、魚をきれいに並べます。魚は、大根など野菜の上に
お置きます。そして、しょうゆとわさびで食べます。

さかな やさい しお
ペルーのセビチェは、魚、野菜、オリーブオイル、ライム・ジュース、塩
まを混ぜて作ります。



きょう 今日は、セビチェの作り方^{つく かた おし}を教え^{かんたん}ましょう。とても簡単ですよ！

★用意^{ようい}するもの



まな板^{いた}



ナイフ



ボール



おお^{おお} 大さじ(15cc)



スプーン



フォーク



さかな
魚ファイル

いちまい
一枚



あか
赤タマネギ

ひと
一つ



ライム

おお に
大さじ 2
さんじゅっしーしー
(30CC)



コリアンダー

ご ろくまい
5-6枚



とうがらし
唐辛子

にほん
2本くらい



オリーブオイル

おお に
大さじ 2



しお
塩

すこ
少し

それでは、^{つく} ^{かた} 作り方です。

1.



^{あか} 赤 ^{たまねぎ} タマネギ を ^{うす} 薄く ^{スライス} スライス します。 ^{たまねぎ} タマネギ は ^{から} 辛い ですから、 ^{みず} 水 の ^{なか} 中に ^い 入れて ください。 ^{じゅうぶん} 10分 くらい ^{あと} 後、 ^{みず} 水 から ^だ 出 します。

2.



^{なま} 生 の ^{さかな} 魚 の ^{さん} フィレ を 3 ^{センチ} センチ (cm) くらい に ^き 切 り ます。 ^{さかな} 魚 は ^{なん} 何 だ も いい ですよ。 ^{にほん} 日本 の ^{さしみ} 刺身 の ^{さかな} 魚 も いい です。

3.



ライムをしぼって、ライム・ジュースをつ^くります。

4.



コリアンダーをち^いき^きく切ります(5ミ^リくらい)。

に^{ほん}日本では、コリアンダーをパクチーとい^いいますね。

5.



とうがらし ちい き
唐辛子も小さく切ります。

から す ひと い
辛いのが好きな人は、たくさん入れてください。

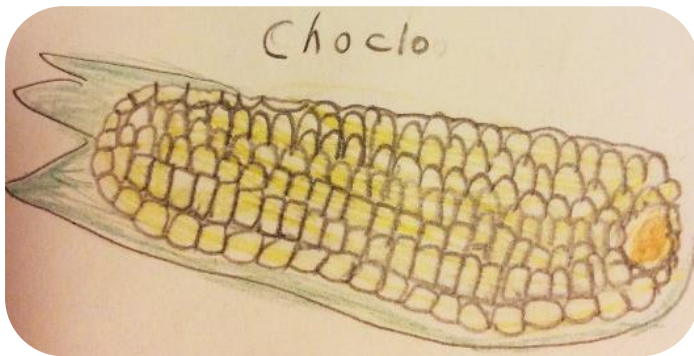
6.



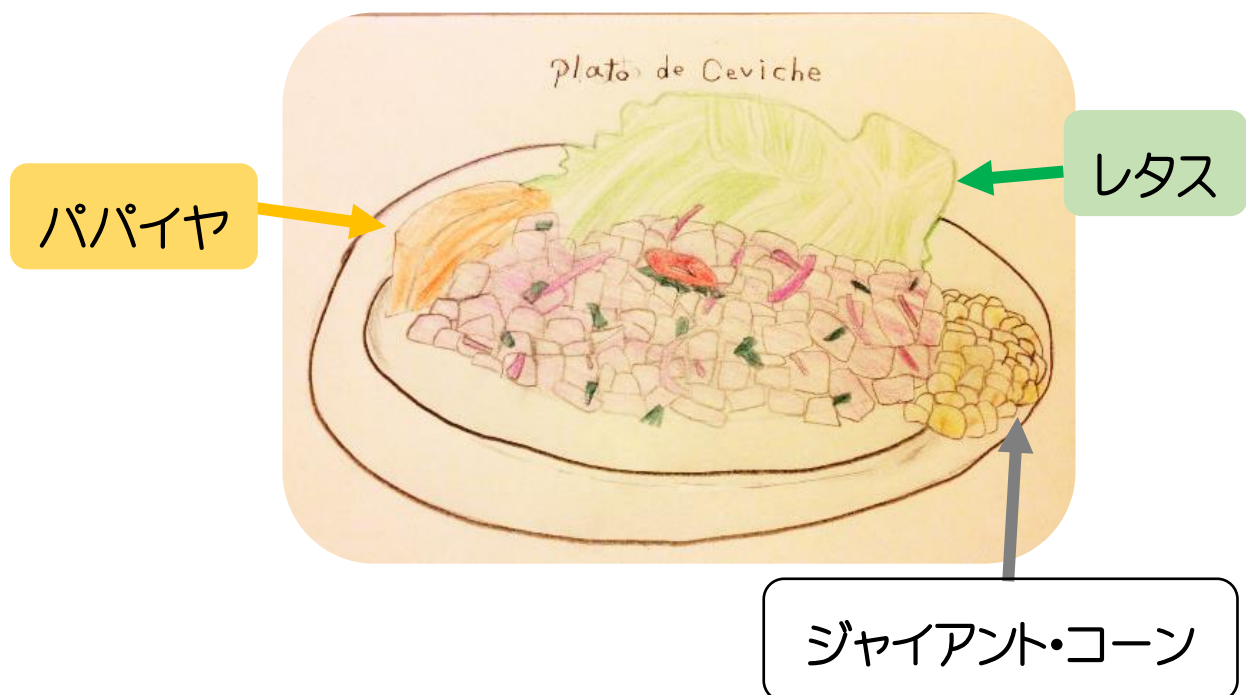
ボールの中に、オリーブオイル、ライム・ジュース、塩(少し)を入れて、
フォークで混ぜます。 それから、赤タマネギのライス、コリアンダー、
魚も同じボールに入れて、スプーンとフォークで混ぜます。 そして、
冷蔵庫に入れます(1時間くらい)。

7. セビチェの隣に、好きな野菜と果物をどうぞ！

ペルーでは、セビチェと一緒にジャイアント・コーン(白いトウモロコシ)を食べます。ジャイアント・コーンを、ゆでて、バラバラにします。



冷蔵庫に入れたセビチェを出してください(1時間くらい後)。ほら、もうセビチェができました！セビチェは、冷たいうちに食べましょう。



ところで、^{にほん}日本では、^{ばん}晩ごはんには^{さしみ}刺身^たを食べますね。^{にほん}日本に^き来た^{とき}時、
^{わたし}私はとても^{おどろ}驚きました。^{ペルー}ペルーでは、^{よる}夜^たセビチェ^{なま}を食べません。生の
^{さかな}魚は^{しんせん}新鮮じゃなければいけません。ですから、^{ペルー}ペルーでは、^{ひる}昼ごはんの
^{とき}時、^たセビチェ^たを食べます。

みなさんも、^{ペルー}ペルーに行った^い時は、^{とき}昼ごはん^{ひる}にセビチェをどうぞ！

