

# ミクロネシア連邦

## 伝統料理・郷土料理について

Traditional & Local cuisine of  
Federated States of Micronesia

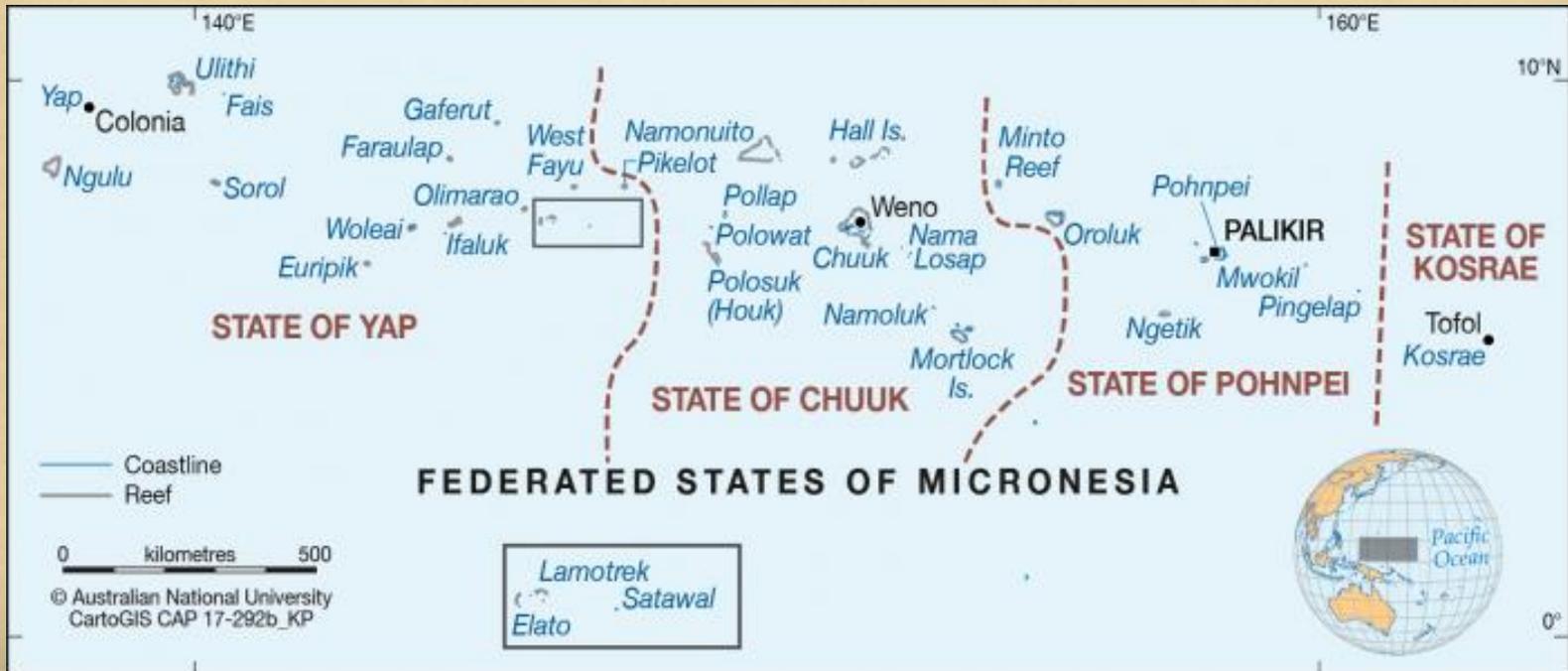
各国・郷土料理研究家  
青木ゆり子  
Yurico Aoki



# ミクロネシア連邦



Pacific Ocean



# ミクロネシア連邦の主食

サトイモ、山芋、パンノキ、バナナ、ココナッツ、魚や、カニなどの甲殻類、豚、鶏など。

特にポンペイ州とコスラエ州では、結婚式、葬式、祝宴などの儀式や文化的な目的で、ほぼすべての家族が豚を飼育している。



# 特産品



## ビンロウ(ヤップ島) Areca nut of Yap Island

ヤシ科植物(アレカヤシ)のビンロウの実と石灰を、胡椒(こしょう)科植物のキンマの葉で包みチューインガムのようにかむ。ヤップ島では今もビンロウかみが盛んで儀礼時には交換財にもなる。



## 胡椒(ポンペイ島) Peppers of Pohnpei Island

農薬と化学肥料を一切使わずに栽培され、世界的に名高い。温暖な気候により一年中収穫できるため、常に新鮮なものを出荷。日本にも輸出されている。

# コスラエ・スープ Kosraean soup



© e-food.jp



# ミクロネシア連邦の国旗弁当

「食文化・郷土料理がわかる世界の国旗弁当」（7月上旬発売）より



ご清聴ありがとうございました。

