



ガパオライスは、タイの料理です。

りょうり

「ガパオ」とは、ホーリーバジルというハーブ

の名前で、ひき肉に角切りにしたピーマンやパ

なまえ

にく かき

プリカが入るので、い로도りもきれいな料理で

はい

りょうり

す。味付けには 魚を塩漬けにして作った

あじつ

さかな

しおづ

つく

「ナンプラー」という調味料を使います。

ちょうみりょう

つか

ぜひ味わって食べてみてください。

あじ

た





ガバオライス、ビーフンスープ、^{くだもの}果物^{なし}（梨）