

ガパオライスは、タイの料理です。



「ガパオ」とは、ホーリーバジルというハーブ
の名前で、ひき肉にくに角切りにしたピーマンやパ
プリカはいが入るので、いろどりもきれいな料理りょうりで
す。味付けには 魚 あじつ を塩漬さかなけにして作つくった

「ナンプラー」という調味料ちょうみりょうを使つかいます。

ぜひ味あじわって食たべてみてください。





ガパオライス、お星^{ほし}さまスープ、果物^{くだもの}（りんご）