

料理名

シンシン・デ・ガリーニャ

(ブラジル北東部の鶏肉カシューナッツ煮込み)

この料理は、ブラジル北東部バイーア地方の郷土料理で、アフリカ伝来の神「オシュン」に捧げる特別な料理です。

本来は、赤いデンデヤシの油を使いますが、日本では手に入りにくいので、オリーブオイルにパプリカの粉を加えることによって色と風味を再現します。

現地では、干したエビも入れます。カシューナッツの代わりにピーナッツやアーモンドを使うこともあります。



材 料(4 人分)	分 量
鶏もも肉	500g
塩・胡椒・レモン汁・小麦粉、 オリーブ油	適宜
カシューナッツ	カップ 3 分の1
ココナツミルク	200ml
玉ねぎ	2 分の1個
にんにく	1 かけ
生姜	1 かけ
唐辛子	1 本(お好みで)
パプリカパウダー	小さじ 1
コリアンダー	1 束

■ 作り方 ■

1. 鶏もも肉を一口大に切り、塩、胡椒、レモン汁で下味をつける。
2. カシューナッツをたたき、ペースト状にする。
3. フライパンにオリーブ油とパプリカパウダーを入れて、熱する。
4. みじん切りにした玉ねぎと小麦粉を振った鶏肉を入れて、焼き色がつくまで炒める
5. ココナツミルクに、みじん切りにしたにんにく、生姜、コリアンダー、輪切りにした唐辛子、ペースト状にしたカシューナッツ、塩を加え、鶏肉を煮込む。