

日本人だけが食べる！？6つの食べ物

動画URL:https://youtu.be/6RVPmO_xdn4

今回は「日本人だけが食べる！？6つの食べ物」を学びながら、日本語を勉強しましょう。

この動画は、前半は少しゆっくりのスピードで、漢字には"ふりがな"があります。

後半は少しだけ速く(+20%)なり、漢字に"ふりがな"はありません。

学習にお役立てください。

■じこしょうかい

こんにちは。私は石田沙耶香です。日本の文化や食べ物が大好きで、特に日本で昔から親しまれている食べ物にはとてもきょうみがあります。

今日は、日本人にとってはよく知られているけれど、外国の人にはあまりなじみがない食べ物についてお話しします。

それぞれの食べ物には、長いれきしやとくちょうがあり、そこには日本の文化やくらしがふかく関わっています。

今回ごしょうかいする食べ物は、ふだんの食事やとくべつなときに日本でよく食べられるものです。

たとえば、ちいきの名物としてあいされているものや、家庭でてがるに作られる料理、きせつを楽しむものなどがあります。

これらの食べ物を通じて、日本の食文化の面白さやゆたかさを感じてもらえたら嬉しいです。

食べ物を知ることは、その国の文化を知る大きな手がかりになります。

日本の食べ物をもっと詳しく知りたい、あるいは新しい味を試してみたいという気持ちがあれば、ぜひ最後まで見ていただければと思います。それでは、さっそく始めましょう！

■ぎゅう 牛タン

牛タンは、日本の料理の中でもとても人気があります。牛タンとは、牛の舌のことです。宮城県仙台市の名物として知られています。

仙台では、牛タンのせんもん店が多くあり、仙台をおとずれるかんこうきゃくの多くが、この牛タンを目当てに足を運びます。

牛タンは、うすく切ってやいて食べるのがいっぱんてきです。やいた牛タンはやわらかくて、かむとおいしい肉汁が口の中に広がります。

シンプルにしおやレモンだけで味付けをすることが多く、そのおいしさをじっくりと味わえます。ごはんやスープといっしょに食べると、さらにまんぞく感があります。

日本では、やきにくのお店でも牛タンを食べることができます。やき肉では、好きなあつさに切られた牛タンをあみの上でやいて楽しむことができます。自分でやくスタイルなので、やきかげんをちょうせいできるのもポイントです。牛タンは、食べたことがない人にとっては少しふしぎな料理に思えるかもしれませんが、日本では昔から食べられており、今では多くの人に親しまれています。

特に、仙台の牛タンは質がよく、多くの人とその味を楽しんでいます。

日本に来たら、ぜひ一度牛タンを試してみてください。仙台以外のちいきでも、牛タンを出すお店があります。

やきにくのお店や牛タンのせんもん店で、そのおいしさを感じてみるというでしょう。牛タンは、ごはんやスープとの相性もよいので、セットで楽しむのもおすすめです。

日本の新しい料理の一つとして、牛タンを味わってみてはいかがでしょうか。

■なっとう

なっとうは、日本のでんとう的な食べ物で、大豆をはっこうさせて作ります。

はっこうとは、びせいぶつのはたらきで食べ物の性質が変わることです。

なっとうは、ねばねばしていて、どくとくのおいがします。このにおいのせいで、なっとうが苦手な人も多くいます。

このにおいは、なっとうきんというびせいぶつが大豆をはっこうさせるときに出るものです。

なっとうは、けんこうによい食べ物として知られています。たんぱく質やビタミン、食物せんいが多くふくまれています。これらのえいようそは、体の調子をととのえるのに役立ちます。

なっとうの食べ方はさまざまです。いっぱんてきには、なっとうとしょうゆをまぜて、ごはんの上にのせて食べます。

また、なっとうまきという、のりとごはんでなっとうをまいたすしも人気があります。

さらに、なっとうを使った料理も多くあります。たとえば、なっとうオムレツやなっとうパスタなどです。これらの料理は、なっとうのねばねばとした食感と風味を楽しむことができます。

なっとうは、昔から日本で食べられてきました。平安時代（794年～1185年）から食べられていたと言われています。昔は、わらでつつんで作られていました。

わらにはなっとうきんがしぜんに存在し、大豆をはっこうさせるのにてきているからです。現在では、工場でえいせいてきに作られています。

なっとうは、外国の人には少しなじみがないかもしれませんが、日本では多くの人にあいされています。

最初はおひやねばねばが気になりますが、食べてみるとそのおいしさがわかるかもしれません。日本に来たら、ぜひ一度試してみてください。

■おはぎ

おはぎは、日本で昔から親しまれているあまい食べ物です。もち米を丸めたものを、あんこでつつんで作ります。

もち米はたたき、少しつぶしてやわらかくし、丸く形をととのえます。そして、そのもち米をあまいあんこでつつみます。あんこは、あずきをにてさとうを加えたものです。

このくみ合わせにより、もちもちした食感とやさしいあまさが楽しめます。

おはぎは、特におひがんとという時期に食べられることが多いです。おひがんは、春と秋の年に二回あります。

この時期、日本ではせんぞをうやまうためにおはかまいりをします。そのとき、おそなえ物としておはぎを用意することが多いです。

最近では、きせつに関係なくおはぎを食べることができます。スーパーや和菓子屋では、1年を通じて売られています。また、おはぎのしゅるいも増えてきました。

あんこの代わりにきなこやごまをまぶしたものもあります。これらのアレンジによって、いろいろなおはぎを楽しむことができます。

おはぎは、お茶といっしょに食べるのがおすすめです。緑茶やほうじ茶など、日本のお茶ととても相性がよいです。また、おやつとしてだけでなく、少しお腹が空いたときの軽食にもぴったりです。

手作りのおはぎはもちろんおいしいですが、しはんのおはぎも手軽に楽しめるので、多くの人に親しまれています。

日本に来たら、ぜひ一度おはぎを試してみてください。もち米のやわらかな食感とあんこのあまさは、日本の食文化を感じることができます。見た目も丸くてかわいらしいので、味だけでなく見た目でも楽しめるでしょう。おはぎは、日本のでんとうを知るきっかけになる食べ物です。

■たまごかけご飯

たまごかけご飯は、日本のでんとう的なごはんです。たきたてのご飯に生たまごをかけ、しょうゆを少し加えてまぜて食べます。

シンプルですが、たまごのまろやかさとご飯のあまみが合わさり、多くの人にあいされています。

たまごかけご飯のれきは古く、明治時代（1868年～1912年）から食べられていたと言われています。

当時は、たまごは高価できょうな食材でしたが、だんだんいっぱんの家庭でも食べられるようになりました。

現在では、家庭だけでなく、たまごかけご飯せんもんのお店もあり、さまざまなアレンジが楽しめます。

たまごかけご飯の作り方はかんたんです。まず、あたたかいご飯を用意します。次に、しんせんな生たまごをわってご飯の上にのせます。

最後に、しょうゆを少しかけて、全体をよくまぜます。お好みで、ねぎやのりを加えると、風味がゆたかになります。

生たまごを使うため、しょくちゅうどくを心配する人もいるかもしれません。

しかし、日本ではたまごのひんしつかんりがきびしく、しんせんなたまごであれば安全に食べられます。買ったたまごは、れいぞうこで保存し、早めに食べるのが大切です。

たまごかけご飯は、シンプルな料理ですが、さまざまなアレンジができます。

たとえば、マヨネーズやチーズを加えると、まろやかな味わいになります。

また、なっとうやキムチをのせると、さらにえいようかが高まり、味の変化も楽しめます。ちいきによっては、とくせいしょうゆやだしを使ったり、たまごのしゅるいにこだわったりすることもあります。

たまごかけご飯は、日本の食文化をしょうちょうする料理の一つです。その手軽さとおいしさから、多くの人に親しまれています。

日本に来たら、ぜひ一度ためしてみてください。新しい味の発見があるかもしれません。

■まつたけ

まつたけは、日本の秋を代表するきのこです。どくとくのかおりとふかい味わいで、多くの人にあいされています。まつたけはしぜんやまのとれるため、数がかぎられています。そのため、こうきゅうな食材として知られています。

まつたけのとくちょうは、そのかおりです。まつたけのかおりは強く、他のきのことはちがいます。このかおりは、まつたけの料理をよりおいしくしてくれます。まつたけは、料理の仕方によってかおりと味が変わるため、いろいろな楽しみ方があります。

まつたけの代表的な料理に、まつたけご飯があります。まつたけを細かく切り、だしといっしょにご飯をたきます。だしのうまみとまつたけのかおりがご飯にしみこみ、とてもおいしい一品になります。

また、まつたけのどびんむしも有名です。これは、まつたけをだしといっしょにどびんでむした料理です。むしががったスープは、まつたけのかおりがのりしゅくされていてかくべつです。

まつたけのしゅうかくは秋にかぎられるため、この時期にはまつたけを使った料理が多く出されます。特に、旅館やりょうていでは、秋のとくべつな料理としてまつたけを楽しむことができます。

また、家庭でもまつたけを取り入れた料理が作られることがあります。たとえば、やきまつたけは、まつたけをそのままやいてしょうゆをつけて食べるシンプルな料理です。かおりを一番感じられる食べ方として人気があります。

外国の人には、まつたけのかおりが少し強すぎると感じられることもあるかもしれません。しかし、一度その味とかおりを楽しむと、多くの人そのみりよくに気づくことができます。

まつたけは、日本どくとくのきのこで、他の国ではほとんど見ることはできません。

日本に来たら、ぜひまつたけ料理を試してみてください。秋のかおりと日本のでんとう的な味わいを楽しむことができます。まつたけのかおりと味は、日本のしぜんめぐみを感じさせてくれる、とくべつな体験になるでしょう。

■モンブラン

モンブランは、くりを使ったケーキです。もともとはフランスやイタリアで生まれましたが、日本でどくじにはってんしました。

日本のモンブランは、あまさがひかえめで、上品な味わいがとくちょうです。

日本のモンブランは、1933年に東京の自由が丘にある「モンブラン」というお店で初めて作られました。

このお店を作った人がフランスでモンブランを知り、日本人の好みに合わせてアレンジしました。その結果、黄色いくりのペーストを使ったモンブランが生まれました。

日本のモンブランは、くりのかんろにを使った黄色いペーストがとくちょうです。これは、日本人がくりのかんろに親しんでいたためです。一方、フランスやイタリアのモンブランは、茶色いくりのペーストを使っています。このちがいは、各国の食文化のちがいを反映しています。

モンブランの作り方は、まずスポンジケーキの上に生クリームをのせ、その上にくりのペーストを細くしぼり出します。最後に、くりやこなざとうをかざります。この形は、アルプスさんみゃくのモンブラン山をイメージしています。

日本では、モンブランは秋のみかくとして親しまれています。くりのきせつになると、多くのケーキ屋さんでモンブランがならびます。また、最近では、さつまいもやかぼちゃを使ったモンブランもあり、バリエーションが増えていきます。

モンブランは、日本のカフェやケーキ屋さんで手軽に楽しむことができます。その上品なあまさとくりの風味は、多くの人にあいされています。日本に来たら、ぜひ一度、日本どくじのモンブランを味わってみてください。

■まとめ

これまでしょうかいした食べ物は、どれも日本の文化やきせつを感じられるとくべつなものです。牛タンやなつとうのように、外国ではなじみがうすい食材でも、日本では日常的に食べられています。それぞれの食べ物にはいけいやでんとうがあり、日本人にとって大切な存在です。また、まつたけやモンブランのように、きせつを楽しむ食べ物は、日本のしきをふかく感じさせてくれます。また、これらの食べ物は、ただおいしいだけではなく、食べることを通じて日本の生活や考え方を知るきっかけにもなります。

たとえば、たまごかけごはんのシンプルさは、素材そのものの味を大切にする日本の食文化をしょうちょうしています。

まつたけのかおりを楽しむ料理は、日本人のせんさいなかんかくを表しているとも言えます。こうした食べ物を通じて、日本の文化やかちかんにふれることができるのです。

日本に来たときは、ぜひこれらの食べ物を試してみてください。最初は少しふしぎに感じることもあるかもしれませんが、一口食べてみると新しい発見や感動があるはずですよ。

食べることで日本をもっと身近に感じられるでしょう。

そして、あなた自身の好きな日本の味を見つけてみてください。日本の食文化の中には、きっとあなたにとってとくべつな一品があるはずですよ。

「日本人だけが食べる！？6つの食べ物」はいかがでしたか。

コメント欄から感想をみんなに教えてください。

それでは、また別の動画でお会いしましょう。



Japanese-listening-SUSHI

