

世界の家庭料理体験教室&講演会

Federal Republic of Germany

ドイツ連邦共和国



平成 29 年 10 月 15 日 (日) あすてらす

料理教室 10:00~13:00 調理実習室

講演会 13:30~15:00 会議室 1

おごおり国際交流協会・小郡市

<講師の紹介>

Stefanie Großkopf

シュテファニー・グロスコプフ さん

はじめまして。シュテファニーと申します。出身はドイツで、出身地の町はシュマルカルデンです。今年の4月に日本へ来ました。来年の3月まで NILS 日本語言語学校で日本語を勉強しています。後でドイツに帰るつもりですが、ドイツで日本語に関する仕事をしたいです。来年まで日本語をきれいに話せるようになりたいですが、すごく難しいです。少しだけできれば、うれしいです。よろしくお願いします。

きゅうりサラダ

材料（5人前）

- ・ きゅうり 5本
- ・ サワークリーム 100g
- ・ 牛乳 適量
- ・ マスタード 約 10g
- ・ 塩、こしょう
- ・ パセリ
- ・ ハーブ（ディル、ハーブミックス、マジックソルトでも可）

作り方

- ① きゅうりの皮をむいて薄切りにする。
- ② ①をボウルに入れ、塩と混ぜ、15分ほど置いておく。
- ③ サワークリームを別のボウルに入れ、牛乳を加えて、少し固くなるまで混ぜる。マスタード、塩、こしょう、パセリ、ハーブを入れる。
- ④ ②の水気をきって、③に入れて混ぜる。塩で味を整えて、できあがり！

マッシュポテト（大根スペシャル）

材料（5人前）

- ・じゃがいも 6個
- ・大根 4cm
- ・牛乳 少量
- ・塩 適量

作り方

- ① じゃがいもの皮をむき、半分に切る。大根も皮をむき、同じくらいの大きさに切る。
- ② 鍋にお湯を沸かし①を入れ、やわらかくなるまで茹でる。
- ③ やわらかくなったら、ボウルにうつし、少量の牛乳を入れ、つぶす。塩を入れて混ぜたら、できあがり！

玉ねぎとマッシュルームソース

材料（5人前）

- ・ 玉ねぎ 2個
- ・ マッシュルーム 約 300g
- ・ 生クリーム 200ml
- ・ 塩、こしょう、砂糖 適量
- ・ パセリ
- ・ 油

作り方

- ① マッシュルーム、玉ねぎをみじん切りにする。
- ② フライパンに油をひき、①を炒める。塩、こしょう、パセリ、砂糖を入れて混ぜる。
- ③ 生クリームを加えて、できあがり！

ハンバーグステーキ

材料（5人前）

・ひき肉	750g
・パン	2枚
・卵	2個
・塩、こしょう	適量
・マージョラム	適量

作り方

- ① パンをちぎってコップに入れ水を注ぎ5分置く。
- ② ①を手でしぼり、ひき肉、卵、塩、こしょう、マージョラムを同じボウルに入れて、手で混ぜる。
- ③ 拳くらいの大きさに丸め、フライパンで焼く。

ハンバーグステーキ、マッシュポテト、玉ねぎとマッシュルームソースを一つの皿に盛る。

チョコプリン

材料（5人前）

- ・ ミルクチョコレート 120g
- ・ ココアパウダー 大さじ 2.5
- ・ 牛乳 1000ml
- ・ 片栗粉 大さじ 5
- ・ 砂糖 約 50g

作り方

- ① 牛乳 600ml とミルクチョコレートを鍋に入れて、混ぜながらチョコレートが全て溶けるまで加熱する。
- ② 残った牛乳 400ml と砂糖、でんぷんを加え、べったりなるまで泡だて器でしっかり混ぜる。
- ③ 小さな容器に入れて 1 時間ほど冷やして、できあがり！

Federal Republic of Germany

ドイツ連邦共和国



面積：35.7 万平方キロメートル（日本の約 94%）

（ベルギー、オランダ、ルクセンブルク、フランス、オーストリア、スイス、チェコ、ポーランド、デンマークの 9 カ国と国境を接する）

人口：8,218 万人（2015 年 12 月末）

首都：ベルリン（約 352 万人）（2015 年 12 月 31 日時点，連邦統計庁）

民族：ゲルマン系を主体とするドイツ民族（在留外国人数約 911 万人）（2015 年末，連邦統計庁）

宗教：カトリック（29.9%），プロテスタント（28.9%），イスラム教（2.6%），ユダヤ教（0.1%）（独連邦統計庁）

※外務省ホームページから平成 29 年 5 月 18 日基本データ