



ーフィリピンのクリスマススイーツー

Bico (ビコ)



<材料>

もち米 3合
水 2カップ半くらい
ココナッツミルク 2缶
(1缶当たり 400g)
黒砂糖 300g~350g



<作り方>

1. もち米を硬めに炊く。
2. ココナッツミルクを大きめのフライパンで温める。
3. ココナッツミルクがグツグツしてきたら黒砂糖を入れる。ドロドロになったら、炊いたもち米を入れてさらに混ぜる。ココナッツミルクの油が出てきたら出来上がり。

作り方の注意点!

→ もち米を入れたら焦げないように弱火で混ぜ続けるのがポイントです!





—フィリピン風の鶏の煮込み料理—

Adobo (アドボ)



<材料>

豚肉又は鶏肉(もも肉)	500g
玉ねぎ	中1個
にんにく	お好みで
酢	大さじ4
醤油	大さじ5
砂糖	大さじ2
塩コショウ	少々
味の素	少々
唐辛子	お好みで
水	500cc

<作り方>

1. 玉ねぎとにんにくを2分くらい炒める。
炒めたら豚肉を入れてさらに炒める。
2. 色が変わったら、塩コショウ、味の素、砂糖、しょうゆを入れて1分さらに炒める。そのあと、水と酢、唐辛子を入れて弱火で20分から30分煮込む。
3. 終わったら、強火でからめて汁がなくなったら完成!

おすすめのポイント!

→ 南国のフィリピンでは辛くて酸っぱい料理が好まれます♪