



オラ ニカラグア
Hola! Nicaragua

日本と似ている
料理もある？

ニカラグアの郷土料理を紹介します



温暖な気候と、巨大な湖や連なる火山など豊かな自然に恵まれているニカラグア共和国では、穀物類から果実までさまざまな食物が収穫されます。

今回は、そんなニカラグアの食材や郷土料理の一部をご紹介します。



↑大型スーパーに並ぶ新鮮野菜
→食材から日用品、土産物までそろい、毎日多くの人を訪れる市場



ニカラグアで親しまれている食材は？



市場のカカオ



アボカドの実



バナナ

豆やトウモロコシのほか、米も日本と同じように主食として食べられています。

そのほか、やわらかさが特徴の牛肉やプラタノ（調理用のバナナ）、アボカド、マンゴーなど豊富な食材があります。

料理名も味付けもなじみやすい？ ニカラグア郷土料理

ガジョピント (Gallo pinto)

白米と豆を塩と油などで炒めた豆ごはんです。日本の赤飯に似ていますが、もち米を使わず炒めて作られるので、チャーハンのようにパラパラとした仕上がりで、赤飯よりさっぱり食べることができます。



ナカタマル (Nacatamaru)

トウモロコシの粉にたくさんの具材を混ぜて練り、バナナの葉で包んで蒸した料理です。日本のちまきにも似ていますが、大きく油分もあるので食べ応え抜群です。和名のようなネーミングにも親近感がわく料理です。



ブニュエロ (Buñuelo)

キャッサバ芋の粉を練って一口大に丸め、油で揚げた料理です。チーズが混ぜられたり、食べる際に水あめのような甘いシロップをかけることもあります。店や家庭ごとの作り方の違いで、モチモチしていたり弾力があつたりと、味や形が全然違い、興味深い一品です。



ロスキージャ (Rosquilla)

トウモロコシの粉から作る焼き菓子です。JICA(国際協力機構)調査団が訪れたソモト市の店では、大きな石窯で2回焼き上げていました。カリッとした食感はクセになります。そのまま食べたり、コーヒーに浸して食べたり、楽しみ方もたくさんあります。



2つの部門で多くの方に参加しやすいコンテストになりました!

2020 甘楽町

観光フォトコンテスト

プリント写真部門

インスタグラム部門

募集テーマ

甘楽町の様々な四季折々の自然風景、観光スポット、名所、伝統文化、イベントなど、甘楽町の観光資源の魅力を最大限に伝えることができる素材であれば、どんなテーマでもかまいません。写真を通じて、甘楽町の観光PRに活用でき、パンフレットやポスター等に利用できる作品を募集します。

プリント写真部門



募集期間 11月2日(月)～11月30日(月)

＜応募方法＞

- ①プリントした作品を下記へ直接持参または郵送にて応募してください。作品の裏面に必要事項を記載した応募用紙を貼り付けてください

こちらまで

〒370-2292
群馬県甘楽郡甘楽町大字小幡161番地1
甘楽町産業課 観光フォトコンテスト係

最優秀賞(町長賞)……………1作品 賞状・副賞
優秀賞(議会議長賞・観光協会会長賞・教育長賞)…3作品 賞状・副賞
入選……………6作品 賞状・副賞
佳作……………3作品 賞状・副賞

インスタグラム部門



募集期間 6月1日(月)～11月30日(月)

＜エントリー方法＞

Instagram

- ①インスタグラムの公式アプリをダウンロード
(投稿にはスマートフォン専用のアプリが必要です)
- ②甘楽町公式アカウント「@kanra_kankou」をフォロー
- ③写真にハッシュタグ「#甘楽町フォトコン 2020」を付けて投稿してください(応募作品にタイトル、撮影場所、撮影日時を付けて投稿してください)

最優秀賞……………1作品 賞状・副賞
優秀賞……………1作品 賞状・副賞
特別賞「いいね!」が最も多い写真……………1作品 賞状・副賞

※入賞作品の展示を行い併せて表彰式を行うほか、町HP等で紹介させていただきます。
※応募締め切り後、審査結果の発表は、1月中旬頃に入賞者へ通知します。
※【Instagram部門】の入賞通知については、「@kanra_kankou」からダイレクトメッセージを送付します。ダイレクトメッセージ受信後、記載された内容に従い返信期限内に連絡してください。

お問い合わせ先 ☎0274-74-3131(内線413、414)
✉kankou@town.kanra.lg.jp

甘楽町産業課 観光フォトコンテスト係(商工観光係) 〒370-2292
群馬県甘楽郡甘楽町大字小幡161-1

応募作品

【プリント写真部門・Instagram部門共通】

- ※甘楽町内で撮影されたオリジナルの作品で、本人が著作権を有するものに限りします。
- ※直近1年間程度に撮影された作品に限りします。
- ※合成処理したものは不可とします。
- ※作品は未発表のものに限りします。
- ※被写体が人物の場合は、必ずご本人（被写体）の承諾をいただいてから応募してください。
- ※応募点数は、1人3点までとします。

【プリント写真部門】

- ※作品は、四ツ切プリントで応募してください。（インクジェットプリントは、A4も可）
- ※応募費用は、応募者の負担となります。（応募された作品については、受け取りに来庁された方へのみ返却します。）

応募作品の使用権

入賞作品の著作権及び使用権は主催者側に帰属し、許諾なく無償で使用することができるものとし、甘楽町の観光PRに関する出版物（パンフレット、ポスター、雑誌など）、町ホームページ等にて使用させていただく場合があります。

応募規定

- 以下の注意事項をよくお読みの上、応募してください。応募された時点で本規定に同意・承諾したものとみなします。
- ※以下に該当するものは応募することができません。
 - ・個人のプライバシー及び著作権、知的財産権その他の権利に抵触するもの
 - ・他人を差別する、もしくは誹謗中傷するなど名誉や社会的信用を毀損するもの
 - ・その他公序良俗に反するもの及び当町が不適切と判断するもの
- ※応募作品は、応募者氏名・作品タイトル・説明文・撮影場所・撮影日時が公表されます。
- ※応募フォームに記載いただいた個人情報及び郵送応募の個人情報については、本コンテストの範囲内でのみ利用します。
- ※【Instagram部門】については非公開設定のユーザーアカウントからの投稿は審査対象外となります。



甘楽町キャラクターかんらちゃん

----- キリトリ -----

プリント写真部門用 甘楽町観光フォトコンテスト応募用紙

応募作品の裏面に貼り付けてください

作品のタイトル		ふりがな		
撮影場所・イベント名等				
撮影時期				
応募者	氏名（性別）	ふりがな		（男・女） ※○で囲んでください
	年齢		職業	
	住所	〒		
	連絡先			