

歴代オリンピック開催国の食事

オリンピックの第21回大会は1976年の夏、カナダのモントリオールで行なわれました。今回は、第21回大会が行われたカナダにちなんだ料理を病院の治療食としてアレンジしました。



外務省ホームページより

★メープルの国 カナダ★

【カナダってどんな国？】

アメリカ合衆国に接する北アメリカ北部に位置する国で、首都はオタワ。面積は、日本の約27倍で世界第二位の広さ。人口は約3,616万人で、日本の約4分の1です。

主な農産物は、小麦、大麦、菜種などで、特に菜種は世界第1位の生産量です。また、畜産物の生産も盛んです。モントリオールはユネスコのデザイン都市に認定されています。

【第21回モントリオール大会 1976年】

21競技、198種目が実施され、参加国数92、参加選手数は6,084人でした。日本からは、213人の選手が参加し、金メダル9個、銀メダル6個、銅メダル10個を獲得しました。金メダリストは、以下の通りです。

体操	男子団体総合、加藤選手(平行棒)、塚原選手(鉄棒)
レスリング	高田選手(フリー52キログ級)、伊達選手(フリー74キログ級)
柔道	園田選手(中量級)、二宮選手(軽重量級)、上村選手(無差別級)
バレーボール	女子

体操男子団体総合は、5連覇を果たし、体操女子では、ルーマニア代表のコマネチ選手が満点を連発し当時の日本でも大人気でした。

(参考:外務省・農林水産省HP、カナダ観光局公式HP、日本オリンピック委員会HP)



【カナダの料理】

美しい自然に恵まれたカナダの食生活は隣接するアメリカの影響を受け、肉食が主流です。しかし、無数にある湖や河川からは鮭やニジマス、太平洋岸ではロブスターやカニ、ニシン、サバなどが収穫できるため海の幸も多く食されています。また、世界のメープルシロップのうち、80%がカナダ産です。国旗に配されているメープルの葉は、カナダのシンボルとなっています。

魚の中でもキングサーモンはカナダの名物で、グリルした「サーモンステーキ」などがよく食べられています。また、スパイシーなスモークミートを酸味の効いたライ麦パンでサンドした「スモークミートサンド」やスモークサーモンと旬の野菜を盛り合わせた一皿にオリーブオイル、レモン汁、塩、コショウと特産のメープルシロップをアクセントに調味した「スモークサーモンサラダ」などがあります。

【本日の料理】

本日は、カナダ産のメープルシロップをソースに使い、焼いた鮭にかけたメイン料理と、シンプルなコールスローサラダをご用意しました。どうぞお召し上がりください。

(参考:世界の国々 民話と風土⑭、地球の歩き方 カナダ)

平成29年11月21日(火) 昼食 東京都立広尾病院 栄養科

