

28年6月17日（金）牛乳・セサミトースト・チリコンカン・マカロニサラダ



🌶️ チリコンカン 🌶️



きょう
今日は「**チリコンカン**」です。

チリコンカンは、**アメリカ**の^{みなみ}南のほうにある「**テキサス州**」で^{りょうり}うまれた料理です。

スペイン語で、**トウガラシのきいた、スパイシーな煮込み料理**のことです。

「チリコンカン」には^{きんときまめ}金時豆や、^{だいず}大豆など、^{まめ}豆が**はいっている**のがとくちょうです。今日は、^{あおだいず}青大豆と^{まめ}ひよこ豆をいれました。

