



ブラジル料理

この^{なつ}夏にオリンピックが^{かいさい}開催される「ブラジル」
の^{りょうり}料理を、^た食べやすいように^{すこ}少しアレンジしました。



<フェイジョアーダ>

^{にく}肉と^{まめ}豆の^{にこ}煮込み^{りょうり}料理。

ブラジルの^{かていりょうり}家庭料理のひとつです。



<アボブリンニャのサラダ>

「アボブリンニャ」とは、ポルトガル^ご語で「**ズッキーニ**」のことです。

ズッキーニは^{いま}今が^{しゅん}旬です。

