

## 川崎市の

# 姉妹・友好都市

### 第3回 オーストラリア・ウロンゴン市

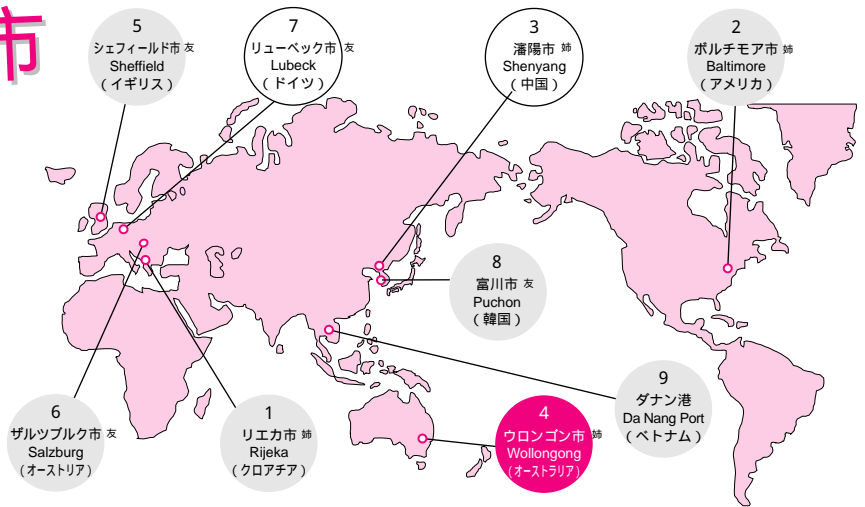
ウロンゴン市は、近年交流が定期的かつ数多く行われている姉妹都市の一つではないでしょうか。オーストラリア東部海岸に位置し、オーストラリア第8位の港湾都市です。シドニーから約80キロ南にあり、人口は約18万5千人ですが、面積は川崎市の5倍です。

20世紀初頭からすでに石炭採掘とその積み出し港として発達しはじめ、現在でも鉄鋼業が盛んです。また、近年はハイテク産業の誘致や市の再開発、観光等の新しい都市基盤の整備にも力をいれています。

ウロンゴンの海岸は、オーストラリアでも有数の美しい海水浴場であり、サーフィンやヨットが楽しめます。また、深い緑に囲まれているこの町では、ピクニックやゴルフ等充実したアウトドアを満喫できます。

毎年、ウロンゴン大学日本語学科の学生達が約2～3

川崎市では、現在、4つの姉妹都市と4つの友好都市、そして1つの友好港と提携しています。



週間、川崎市を研修のため訪れます。日本語の勉強だけではなく、市民ボランティアによるホストファミリーとのかかわりの中、また、さまざまな伝統文化の体験を通して、とても有意義に過ごしているようです。

これからをになう若者が、相互に理解を深めていくことこそが、国際交流にとって重要なことではないでしょうか。

(青柳尚子)

## 世界の食卓から エジプト料理 コシャリ Koshari

### 材料 5、6人前

米 3カップ  
黒レンズ豆 1½カップ  
スパゲティ(1.3mm) 200g  
玉ねぎ(大) 1個  
マカロニ(小) 250g  
油 1カップ  
塩、コショウ  
赤唐辛子(お好みで)

### ソース

トマトペースト 大さじ2  
酢 大さじ2  
にんにく 2片  
油 大さじ2  
塩、コショウ



### 作り方

1. 黒レンズ豆を洗い、一晩水につけておく。
2. 米を洗い、そこに1の豆を加え、4½カップの水と大さじ2の油と塩とコショウを加えて炊飯器で炊く。
3. スパゲティを1～2cmにカットし、それを直接きつね色になるまで炒め、1½カップの水と塩コショウを徐々に加え弱火にして水気がなくなるまで煮る。時折混ぜて焦がさないようにする。
4. 多めの水に大さじ2の油と塩コショウを加え、柔らかくなるまでマカロニをゆで、水切りする。
5. 薄切りにした玉ねぎをきつね色になるまで油で揚げ、キッチンペーパーでよく油を切る。
6. 次にソースは、にんにくをつぶして大さじ2の油で炒め、酢とトマトペースト、1½カップの水、塩、コショウを加え2分程煮る。

盛り付け  
まず、一番下に炊いた米とレンズ豆をお皿に盛り付ける。さらにその上にマカロニとスパゲティを盛り、一番上に揚げた玉ねぎを飾りつける。  
ソースは少し深めの皿に別に入れて盛り、盛り付けたものに好みの量をかけて食べる。