

イフタル!

2022-1 次隊 岡崎 友里

「イフタル」を体験してみた!

今回も引き続き、「ラマダン」に関することを紹介していきます。今回はラマダン期間の特別な食事「イフタル」についてです!

日が暮れた断食後に初めてとる食事のことを「イフタル」と言います。アラビア語で「断食を破る」という意味です。イフタルだからといってこれ!と決まった献立があるというわけではなく、国や地域、家庭によってそれぞれ異なります。一般的には、水や杏のジュース、デーツ(ナツメヤシの実)や果物から頂きます。預言者ムハンマドが断食後に食すことを勧めていることもあり、身体に負担の少ないものを口にしてから食事をします。半日以上断食をした後の家族や親戚、友人たちと囲む食卓は格別です!イフタルを楽しみに断食を頑張りました…。日本で言う年末年始の親戚が集まって食事をする日が約1か月間続きます。

Ramadan KAREEM



私も同僚に招待してもらい、「イフタル」の食事をいただきました。「何が食べたい?」と聞いてくれたり、「新しいアラブ料理を食べさせてあげるわ。」と食べたことのないものを食べさせてくれたり…本当におもてなし精神がありがたく、どれもおいしかったです。

飲み物は、「VIMTO」というベリージュースが定番で人気なようです。5倍濃縮なので、お水で薄めて飲みます。さらに、期間限定で杏のジュース



も登場。路上では手作りのデーツジュースやレモンジュースも売られていました。



今回いただいたアラブ料理



サムサーサ



マクルーバ



ムッシュン



ギルダ



フェッタ

普段はファラーフェルサンドウィッチを販売するお店ですが、ラマダン期間はカターエフ屋さんに変身。



食事を済ませ、ゆったりとソファーに腰かけ話をしていると、「ラマダンにはこれよ！」とお菓子が出てきました。その名も「カターエフ قطايف」。普段は別の商品を売るお店がカターエフのみの販売に切り替わり、パン屋さんやスーパーなどあらゆるところでカターエフが販売されます。



行列に並んで買ってみました。



日本人からしたら餃子のような形をしたその中にはココナッツやクルミ、レーズンを混ぜたものやデーツのペースト、チーズ、甘くない生クリーム(ギシュタ قشطة)などが入っています。中身を包んだ後に油で揚げ、甘いシロップをかけたりつけたりして食べ



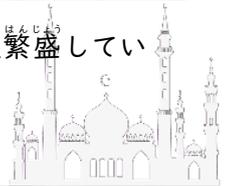
べます。外がカリッとして、中からじゅわっと甘いシロップやチーズ、クリームが出てくるおいしいスイーツです。ご飯をたくさん食べた後でもなぜか食べられてしまう…食べ過ぎ注意なお菓子でした。揚げずにクリームと果物を挟んだり、チョコレートを挟んだりすることもあります。とにかくいろんな種類があり、アレンジ無限大です。

ちなみに、このお店はカターエフ専門店♪



ラマダン中は大人数が集まって毎日食べるため、たくさんのお店で行列ができて、どこも大繁盛していました。

さて、今回はここまで！次号はラマダンの街の様子について紹介します。



Let's talk in Arabic ♪

みなさん、今回のアラビア語は読めたいでしょうか？カードのデザインもヒントになっていたのです…。では、正解を発表します！



読み方をアラビア語からアルファベットにすると、簡単になります。右から読むので、そう、「UNO」です。ルールは世界共通だったので、ヨルダンの子どもたちとも楽しく遊べました！



では、また次回! مع السلامة