

アラナ・ボンジさん (鶴沼)

フランス語学校「ソレイユプロヴァンス」マーケティング担当

フランス人の夫ミッシェルさんとともに、家庭的なフランス語学校を開いているトリニダード・トバゴ出身のアラナ・ボンジさん。中南米独特の明るく陽気な人柄で、つねに笑いを絶やさないユーモアあるトークは、初対面でも引き込まれる彼女の魅力だ。

クリスマスなどのイベント時になると、仲間のフランス人たちが彼女の家に大勢集まるそう。

料理教室も主宰しているミッシェルさんを中心に、パーティーメニューはどれもフランス仕込みの家庭料理。贅沢にも、庭には大きな桜の木やベタンスペースを所有。友人がたくさんやってくる訳である。



A1 5月や9月といった気候のいいシーズンに海岸や、鶴沼周辺の川辺、自宅の庭でテントやタープを張ってやります。フランス人を中心に日本人の友人もやってきます。大人も子供も含め30人くらい。フランス人はあまりハンバーガーを食べませんが、私はカリビアン料理が大好きなのでハーブをたくさん使ったハンバーグを時々つくります。なんと言ってもフランス人は目標に向けて金属の玉を投げて競う「ベタンク」というゲームが大好き。BBQの隅っこでお決まりのようにベタンクが始まります。もちろん強いお酒「バスティス」を飲みながらね。火を起こすのも、焼くのも男性の仕事。女性は下ごしらえと男性の応援ね。みんな歌ったり、踊ったり楽しいですよ。

A2 フランス人はたいてい肉や野菜をシンプルに焼いて食べるのが好きですが、私はジャックシーズニングを使って肉を前日からマリネしておくものや、魚にコリアンダーを振りかけて焼いたりするのが好き。それとプロヴァンスハーブはどんな料理にも必ず登場するくらいお気に入り。日本の食材店でも手に入りますよ。普段の料理にも大活躍です。

A3 「プロヴァンス風パブリカのグリル」
ジューシーで肉厚のパブリカが果実のような甘みと食感を生み出す、色鮮やかなメニュー

材料

パブリカ、エクストラヴァージンオリーブオイル、塩、ニンニク、プロヴァンスハーブ

つくり方

- ①パブリカをグリル網の上で、表面の皮がフニャっとするくらい焼く。ひっくり返して両面を焼く。
- ②皮をむき、ヘタ、種を取り除く。パブリカがかなり熱くなっているので、紙袋に入れて3分ほど蒸らすと温度が下がり、皮がむきやすくなる。
- ③皮をむいたパブリカを縦に細切りにする。
- ④皿に並べ、多めのオリーブオイル、塩、みじん切りにしたニンニク、プロヴァンスハーブを振りかける。
- ⑤カンパーニュなどのパンを厚めにスライスし、少し火であぶっておき、④のをせていただく。