

カリブ海アンティル諸島のおすすめ郷土料理「アンティエ」をご紹介します



日本の暑くて蒸し暑い夏にぐったりですね。Il fait trop lourd !!

(しんどすぎる!) 今回

は私がフランスで知り、今では大好きになった**アンティル諸島料理**をご紹介します。がっつり食べたい方には是非おすすめですよ!

アンティル諸島ってどんなところ?

まず**アンティル諸島**

とは?と初耳の

方もいらっしゃると思います。私もまったく知りませんでした!**アンティル諸島**(Les Antilles

発音

レザンティユ)

とはカリブ海に浮かぶ島々で、その内にフランス領の島が複数存在しているそうです。

そのアンティル諸島出身の方が、ヨーロッパにあるフランス本土でレストランを開いているというわけなんですね。

フランス人にとって身近なアンティル諸島料理



日本で例えるならば、東京で沖縄料理を食べるという感覚でしょうか……。もちろんヨーロッパとカリブ海では、東京と沖縄よりも遠くて、文化も人種もまったく違うと思いますが。

フランス人は「今日はAntillais (アンティエ) 食べない？」などと誘ってきます。フランス語でアンティル諸島の料理はAntillais (アンティエ) と言います。

ボリューム満点！アンティエの揚げ物料理



バナナやサツマイモのフライや、サモサ、アクラ、付け合わせにはジャスミン米にサルサソース、コールスロー等がたっぷり盛り付けられています。

見てお分かりの通り、とにかく揚げ物

です！でもとってもおいしいです！！サモサやアクラのは魚のすり身が入っていました。連れのフランス人は、Le Poulet Boucané（スモークチキン）を注文。こちらもおいしい！！

肉も野菜もたっぷり味わえる



アンティエの味が忘れられなかった私は、その後家の近くにアンティエ料理のレストランがあるのを発見し、emporter（テイクアウト）することに。 [レストランのメニューなどに à emporter](#) と表記があれば「テイクアウトの」という意味

今回はベジタリアンプレート

を頼んでみました。バナナやサツマイモのフライの他に、野菜の煮込みやアボカド等が入っていて本当においしい～。ちゃっかりサモサを追加で頼みました。



そしてそして、またまたアンティエが食べたい！という衝動に駆られた私は、同じお店でまたemporter

今回はお肉のプレート

にしてみました。大好きなサモサや蒸し鶏が入っていて、真ん中にはboudin noirが！(boudin : 豚の脂身と血の腸詰)

boudin noirはどうしても好きになれないんですが、その他は美味しくいただきました。



友人は、**ビーフの炒め物**

(料理名を忘れてしまいました)を注文。こちらもご飯が進みます。バナナとサツマイモのフライは必ず付いてきます。

ガッツリ食いたい派におすすめのアンティエ

揚げ物が多いので、胃もたれ必至ですが、しょっぱくて甘い味付けが癖になります。普段のバターやオリーブオイルを使った一般的なフランス料理とは、まったく違う料理なのに、これもフランス人が作っていると思うと不思議です。ユニークな郷土料理を楽しめる事が羨ましくも感じました。

皆さまも、フランスにお越しの際は、いつものカフェやレストランにプラスしてアンティエを試してみ

てはいかがで
しょうか。フランスでアン
ティエを満喫するためにも、フランス語を
[「オンラインフランス語教室アンサンブルアンフランセ」](#)で勉強しましょう。

1枚目の写真のレストラン詳しくはこちらです。

レストラン【Twoubadou】

70 Boulevard de l'Hôpital 75013 Paris France
<http://twoubadou.zenchef.com/>



執筆 Emi

オンラインフランス語学校
ENSEMBLE EN FRANÇAIS
アンサンブルアンフランセ

オンラインフランス語学校アンサンブルアンフランセは、プロの講師による
マンツーマンのスカイプレッスンが1回1500円～受講できます。
いつでもどこでも手軽に受講できる利便性と生徒一人一人にカスタマイズされた
質の高いレッスンが好評です。

