

# World Cuisine



Embassy of Canada to Japan

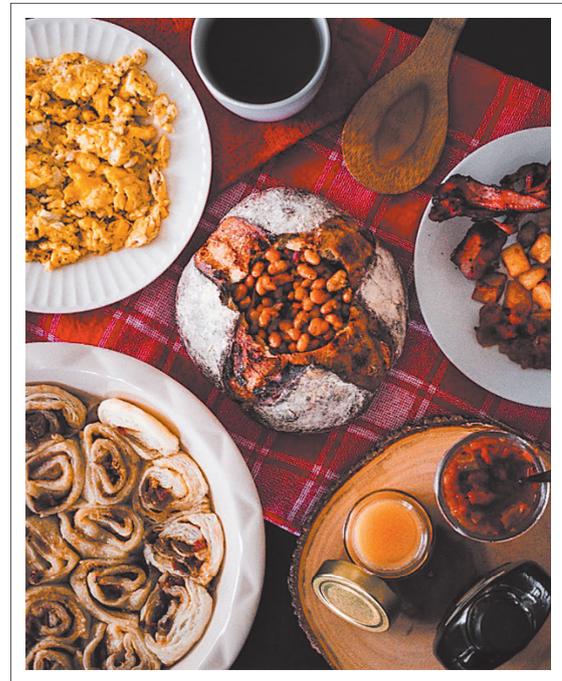
多文化主義のカナダ。200カ国以上からの移民と文化が存在し、そんな文化の数だけカナダには多彩な食の姿があります。大都市の街角には世界各地の民族料理があふれています。たとえば、バンクーバーやトロント、モントリオールで目立つのが寿司屋です。コーヒーショップの数より多くの寿司屋があるといわれるくらい、住む人々の食生活に「寿司」は欠かせない存在です。新鮮なサーモン、イクラ、ウニ、エビなどの現地の食材が活かされています。太平洋だけでなく、カナダは大西洋、北極洋と合わせて3つの海に囲まれ、160種類以上の多様な水産資源があります。そして、これらの新鮮な素材に世界の調理法を合わせたフュージョン料理も流行っています。

カナダの新鮮な食材といえば、高品質のビーフとポークもあげられます。カナダの広大な大地で育った大麦やとうもろこしを食べ、大自然の水で育ったカナダ産ビーフは高たんぱく、低脂肪で、栄養豊富な美味しいビーフです。また、カナダは世界第3位のポーク輸出国です。カナダ産ポークは約100カ国に輸出され、世界中で愛されています。もちろん日本にも輸出されていて、最近ではよく国内のレストランやスーパーで見かけるようになりました。日本では、カナダ産ポークの豚カツにメープルシロップをかけるという新しい楽しみ方も生まれているようです。世界トップレベルのカナダ産ワインとの相性もとてもよいです。



サトウカエデの幹に穴を開け、回収した樹液を煮詰め、濾過します。樹液40Lで1Lのメープルシロップができます。

Photo by: Québec Government



シュガーシャックの郷土料理

Photo by: Ghyslène Lablack

カナダといえばメープルシロップ。サトウカエデの甘い樹液から作られた、100%天然の食品です。生産量、輸出量ともにカナダが世界一です。毎年2月下旬～4月中旬、メープルシロップの生産地にある「シュガーシャック」へ行くと、メープルシロップをふんだんに使った伝統料理を味わったり、雪の残った森を馬ぞりで駆け抜けていきます。焼き立てのパンケーキに、メープルハム、ミートパイ、ベイクドビーンズなど、ボリュームたっぷりの郷土料理を楽しめます。

日本では、CPTPP（環太平洋パートナーシップに関する包括的および先進的な協定）により、メープルシロップ、はちみつ、ブルーベリー、チェリー、亜麻仁油、豆類をはじめ、カナダ産農水産物や畜産物、食品、飲料が求めやすくなり、オンライン販売も増えています。日本でもぜひカナダ産食品・食材をお楽しみください。



カナダ観光局のホームページもぜひご覧ください。

<https://www.canada.jp/>