

ようこそ
ハマトリーツ！
食堂へ

ハマトリーツ！
料理部
レシピカード
- 夏 -

材料（4人分）

グリーンカレーペースト	半袋（25g）	ココナッツミルク	1缶
鶏もも肉	1枚（300g）	砂糖	大さじ1
なす	中2本	ナンプラー	大さじ1
ピーマン	中1個	水（または鶏ガラスープ）	300ml
パプリカ	1/4個	（以下はあれば）	
たけのこ細切り	50g	バジル	3枚
サラダ油	大さじ2	こぶみかんの葉	7枚

POINT

かぼちゃを入れて
甘く、青唐辛子を入
れてピリッと。
野菜はお好みで。

作り方

1. 鶏肉は一口大。なすは乱切りで一口大。ピーマンとパプリカは細切り。たけのこ細切りは水を切って置いておきます。
2. グリーンカレーペーストは市販の半袋で中辛ぐらい。サラダ油をフライパンで温めてペーストを炒め、少し香りが出たら、鶏肉とココナッツミルクを加えます。
3. ココナッツミルクが温まったら、水（または鶏ガラスープ）を加え、鶏肉に火が通るまでそのまま煮ます。
4. 鶏肉に火が通ったら、なす・ピーマン・たけのこを加え、十分火が通るまで煮込みます。
5. 砂糖とナンプラーを加え、味を整えてパプリカを加えます。
6. 最後にバジルとこぶみかんの葉（バイマックルー）を加え、一煮立ちしたら完成です。
7. 用意できればやはりジャスミンライス（タイ米）との相性が最高です。ライスとカレーを別盛りにしてタイの雰囲気を楽しんで。

「リクリット・ティラバーニャとタイ・カレー」

構想会議メンバーであるリクリット・ティラバーニャ。1992年にニューヨーク近代美術館（MOMA）でカレーを配ったことで美術界に衝撃を与えました。料理をふるまわれることで、鑑賞者は、美術作品を「見る」以外の、共通した体験を持つことができました。作品の一部として、作品の中へと招き入れられたのです。（参考：MOMA YouTubeチャンネル）

「ようこそ、ハマトリーツ！食堂へ」とはハマトリーツ！自主活動グループである料理部が、「横浜」「アート」をキーワードに、お送りするレシピの数々です。ヨコハマトリエンナーレ2017は横浜のローカル性にも着目しています。都会的なイメージの横浜ですが、実は畑が多く、肉・玉子・近海物の魚まで地産地消を可能にする食の宝庫です。このレシピも地元の食材を購入して、おうちで作ってみてください。



横浜トリエンナーレサポーター
Hama-Treats!
ハマトリーツ！

