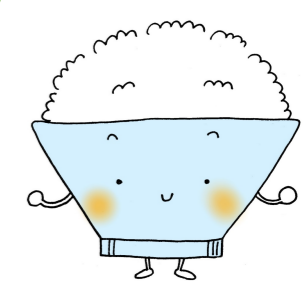
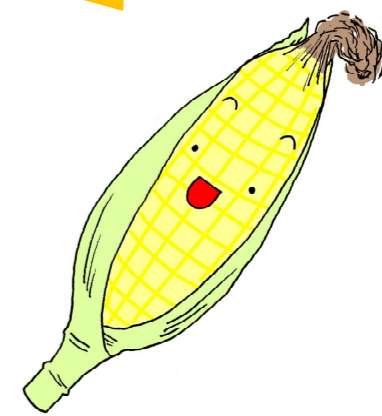


せかい しゅしよく 世界の主食をみてみよう！

にほん しゅしよく
日本の主食は
ごはんです。
くに
アジアの国で
おお
多いですね。



せかい いちばんおお
世界で一番多
いのはトウモ
ロコシです。



こむぎ

東京都オリンピック・パラリンピック教育

小麦
世界三大穀物の一つ。
年間生産量は7.4億トン。

国	料理
イタリヤ共和国	パスタは小麦粉でできた麺。
フランス共和国	パンは小麦粉の生地で発酵させた後に焼いたもの。フランスではパンに卵を染み込ませたブレンチトーストが人気。
モロッコ王国	クズクズは小麦粉を小さく丸めたもの。
チュニジア共和国	ブリックは揚げ餃子のようなもの。
ネパール共和国	チャパティはパンを薄く伸ばしたもの。
オーストラリア連邦	小麦粉の生地に肉を詰め込んだモートパイが人気。

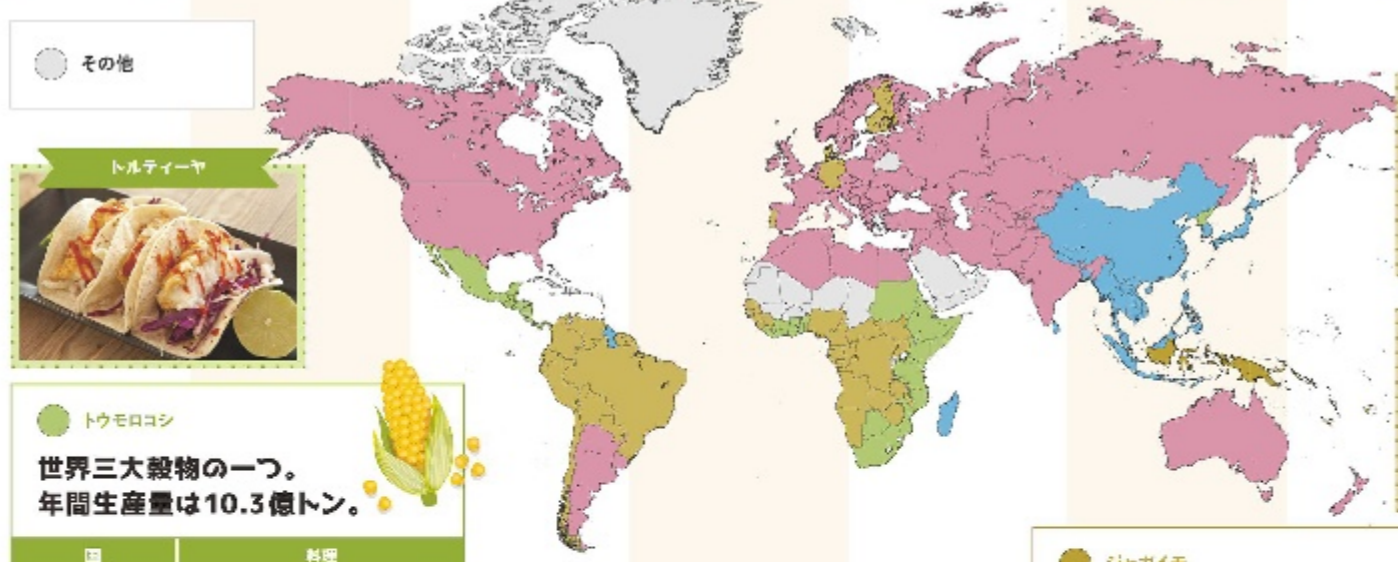
世界の「主食」分布MAP

※ 世界の主食にはこの他にも、キャッサバ・大豆・サツマイモなどがあります。

米
世界三大穀物の一つ。
年間生産量は4.8億トン。

国	料理
日本国	餅飯に魚や野菜を添えて世界的に人気。
中華人民共和国	チャーハンはご飯と調味料を炒めたもの。
ミャンマー連邦	ビリヤニはカレーと餅飯の焼き込みご飯。
ベトナム社会主義共和国	フォーは米粉でできた麺。
セネガル共和国	チエフジェンは魚の骨汁で炊いたご飯。
ラオス人民民主主義共和国	カオピヤックセンは米粉でできた太い麺。

こめ



● その他

トルティーヤ

トウモロコシ
世界三大穀物の一つ。
年間生産量は10.3億トン。

国	料理
ケンヤニア連合共和国	ウガリはトウモロコシを茹でて炒り上げたお餅のようなもの。ジンバブエではサザ、ガーナではマフと称されている。
メキシコ合衆国	トルティーヤは薄い皮に野菜や肉を巻いて食べるもの。
ルーマニア	ポレンタは細米のトウモロコシをおかゆ状にしたもの。

ポレンタとカレー

フォー

スタムポットとベーコン

トリンチャット

ジャガイモ
世界四大作物の一つ。
年間生産量は3.8億トン。

国	料理
オランダ王国	スタムポットはマッシュポットに野菜を入れて煮せたもの。
アントワ公国	トリンチャットはジャガイモとキャベツのお好み焼きのようなもの。

トウモロコシ

じゃがいも