

Have you ever wondered what people around the world eat and what kinds of ingredients, flavors, textures, and aromas are part of their daily meals? Why not embark on a journey around the world through food?

Join us in exploring a variety of cuisines from different countries and regions, and discover the stories and cultures behind each dish! Through this experience, we hope to inspire curiosity about other cultures, encourage intercultural understanding, and broaden your global perspective.

世界にはどのような食文化があり、人々はどのような食材・味・食感・香りに親しんでいるのでしょうか。

「食」を通じて世界に触れてみませんか。

本企画は、各国・地域の料理を楽しみながら異文化への関心を高め、グローバルな視野を広げることを目的としています。



Day 1: Monday, July 6



01. Malatang with Rice

マーラータン（ライス付）

One of China's most popular spicy comfort foods. A magical bowl full of noodles, meat, vegetables, and satisfying flavor. Spicy, rich, and perfect for giving you a boost during the busy class season.

今話題の中国グルメ「マーラータン」が楽しめます。中国で広く親しまれている定番料理で、さまざまな種類の食材を一度に味わえるのが魅力。ピリッとした辛さと旨みたっぷりのスープで、心も体も温まります。ぜひこの機会に、本場の味を体験してみてください。

02. Arroz con Leche

アロス・コン・レチェ

A traditional rice pudding enjoyed in Spain and Latin America. Rice is slowly cooked with milk and sugar, then finished with the warm aroma of cinnamon. Its gentle sweetness and creamy texture make it the perfect way to end a meal.

スペインや中南米で親しまれている伝統的なライスプディング。お米をミルクと砂糖でじっくり煮込み、シナモンの香りを加えて仕上げます。やさしい甘さとクリーミーな口当たりが特徴。食後のデザートにぜひお楽しみください。



**Halal Day 2: Wednesday, July 8****03. Jollof Rice with Grilled Chicken****ジョロフライス グリルチキン添え**

A beloved West African dish enjoyed both at home and on special occasions. Rice is seasoned and cooked with tomatoes, peppers, onions, and spices, then served with juicy grilled chicken. It is a flavorful, hearty, and satisfying dish.

西アフリカで広く愛される炊き込みご飯で、お祝いの席と日常の家庭料理の両方で欠かせない定番の一品です。トマト、唐辛子、玉ねぎ、スパイスで炊き上げたライスに、ジューシーなグリルチキンを添えた食べ応えのある一皿。

04. Revuelto Gramajo**レブエルト・グラマホ**

A traditional Argentine comfort dish made with crispy fried potatoes, scrambled eggs, and onions. These simple ingredients come together to create a rich, comforting flavor. Simple yet irresistible, you won't be able to stop after the first bite!

アルゼンチンで愛される家庭料理。カリッと揚げたポテト、卵、玉ねぎを一緒に炒めた、風味豊かな一品です。シンプルな組み合わせながら、一度食べるとやみつきになる味わいをぜひお試しください。



Day 3: Friday, July 10



05. Lohikeitto ロヒケイト

A traditional Finnish salmon soup. It contains salmon fillet, potatoes, and carrots. Heavy cream gives it a smooth texture and gentle flavor. This warm, comforting soup is perfect for a relaxing meal.

フィンランドの伝統的なサーモンスープ。サーモンやジャガイモ、ニンジンに生クリームを加え、まろやかでやさしい味わいに仕上げました。リラックスしたいディナータイムにおすすめです。

06. Aussie Meat Pie オージー・ミートパイ

Filled with seasoned minced meat and rich gravy, then baked until golden. Influenced by British food culture, meat pies are now widely enjoyed as a popular comfort food in Oceania. Enjoy the delicious combination of flaky pastry and a juicy, savory filling.

味付けしたひき肉とグレービーをパイ生地で包み、香ばしく焼き上げました。イギリスの移民文化から影響を受け、今ではオセアニアのソウルフードとして広く親しまれています。サクサクのパイと、肉の旨みが詰まったソースの絶妙なハーモニーをお楽しみください。

**GLC**Global Learning Center,
Tohoku University**特別協賛**
Special Sponsor**田中貴金属記念財団**

Tanaka Precious Metals Memorial Foundation

Halal
Vegan**Day 4: Tuesday, July 14****07. Picadillo****ピカディージョ**

Traditionally a minced-meat dish, Picadillo is a Latin American classic named after a Spanish word meaning "to mince." Plant-based soy meat is cooked with tomatoes, onions, peppers, and spices for a savory flavor. While traditionally enjoyed with tortillas, this time, we invite you to pair it with rice!

スペイン語で「刻む」「細かくする」という意味のピカディージョは、ラテンアメリカの定番料理。大豆ミートを使用し、トマト、玉ねぎ、ピーマン、スパイスと炒め上げました。トルティーヤに挟んでタコスとして楽しむこともできますが、今回はご飯との相性の良さを味わってみてください。

08. German-style Potato Salad**ドイツ風ポテトサラダ**

A comforting potato salad tossed with onions, plant-based mayonnaise, mustard, and herbs in traditional German style. Freshly chopped apples add a refreshing accent while balancing the rich flavor.

ジャガイモと玉ねぎをマスタード、ハーブ、植物由来のマヨネーズで仕上げたドイツ風ポテトサラダ。コクのある味わいに、刻んだフレッシュなリンゴを加えることで、さっぱりとしたアクセントが生まれます。



**GLC**Global Learning Center,
Tohoku University**特別協賛
Special Sponsor****田中貴金属記念財団**

Tanaka Precious Metals Memorial Foundation

Day 5: Thursday, July 16

09. Bulgogi with Rice プルコギ (ライス付)



One of South Korea's most beloved dishes, Bulgogi features thinly sliced meat marinated in a sweet and savory sauce made with soy sauce, garlic, sesame oil, and sugar. Enjoy its tender texture, rich flavor, and perfect pairing with rice.

韓国を代表する人気料理の一つ。醤油、にんにく、ごま油、砂糖などで漬け込んだ薄切り肉を炒めて仕上げます。ご飯がすすむ甘辛くコク深い風味と、やわらかいお肉の食感をお楽しみください。

10. North American Tuna Salad 北米風ツナサラダ

A refreshing North American-style salad combining tuna and fresh vegetables with a creamy dressing. Originating in the 20th century as a simple, affordable lunchtime favorite, it remains widely enjoyed today for its refreshing yet creamy flavor.

野菜とクリーミーなドレッシングをツナと合わせた、北米風の爽やかなサラダ。20世紀、手軽で経済的なランチサンドイッチの具材として定着し、広く愛されるようになりました。さっぱりとしながらもコクのある、クリーミーな味わいをお楽しみください。

