



「見たり、聞いたり、探ったり」No.311

通算 No.462

青木行雄

「中央アジア地区」
在日カザフスタン共和国大使館
ご招待「料理教室」に参加して

2026年2月6日(金)、メトロ日比谷線「神谷町駅」下車、東京タワーの方向に坂道を登り徒歩8分、ロシア大使館前の道を少々入るとカザフスタン共和国大使館はあった。東京タワーの近くで、少々高台にあり、3階建のビルの2階がイベントの広間で料理教室の会場だった。参加者は20人。用意された卓上には手土産のつつみのチョコとコップ、紙皿などが用意されていた。

招待の案内状(詳細)

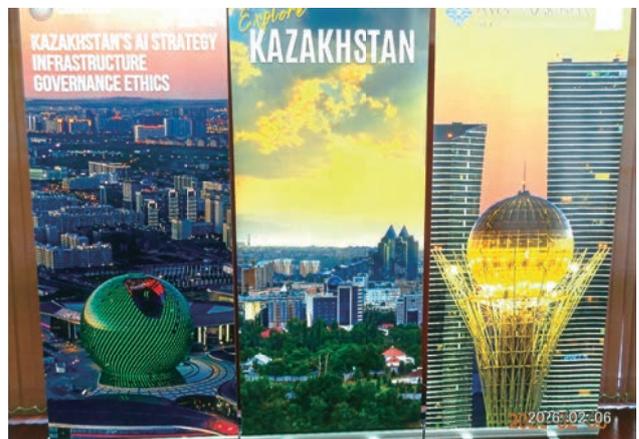
- ◇日時 2026年2月6日 12時～14時頃
 - ◇場所 在日カザフスタン共和国大使館
東京都港区麻布台1丁目8-14
最寄り駅：東京メトロ日比谷線「神谷町駅」より徒歩約8分
 - ◇講師 グルザットさん(大使秘書)
日本語による通訳あり
通訳は大使館秘書兼通訳のジャミリアさん。
 - ◇持ち物：エプロン、タオル、筆記用具
(持ち帰り用のビニール袋など)
- ※挽肉を小麦生地で包んだマンティーと揚げパンのバウルサックなどを作ります。

以上

会場のスクリーンには大草原の映像もあって、この大草原での食と作られるメニューを紹介すると



港区麻布台の在日、カザフスタン共和国大使館の玄関です。ロシア大使館の近くでした。



カザフスタン共和国のパンフの一部です。なかなか魅力的な風景ですね。



料理教室の用意していただいたテーブルの様子です。
20人分。



大草原の味 メニューですが、ロシア語の名前のようです。

大草原の味、メニュー、手作りと食事

① シェルペーキ

(小麦粉、牛乳、卵、ドライイースト入り)

② パウルサック／シ・パウルサック

(小麦粉、牛乳、卵、ドライイースト入り、ドライイーストなし)

③ マンティー

(挽肉、玉ねぎ、小麦粉、卵)

④ タリ (焼いたキビ) のチーズケーキ

(小麦粉、炒り麦粉、バター、生クリーム、イリムシック)

⑤ ジェント

(炒り麦粉、バター、砂糖)



大使館秘書のジャミリアさんの話に耳をかたむける生徒達。中には「渡辺えり」さん。真田広之氏の長男、「手塚日南人」さんもいました。



マンティーの中味を作った写真です。



中味を入れて蒸して出来上がったマンティーです。



カザフスタンの料理の色々。



揚げ物料理。パウルサック、揚げパン。



講師グルザットさんの指導でマンティの皮作りに励む私です。



エプロン姿の私です。中央区ユネスコの人達です。

⑥イリムシク

(牛乳、砂糖)

⑦暖かいお飲み物

ミルクティー、タリ入りティー、蜂蜜入りティー

以上、手作り完成済の食事会

現地、カザフスタン共和国を紹介すると、

カザフスタン共和国は中央アジアに位置し、中央アジア諸国の中で一番大きな面積を持つ国であり、内陸国としては世界最大でもある。面積は日本の約7倍あるという。古くは騎馬民族が活躍した広大な草原と豊富な天然資源、石油、天然ガス、ウランなどで知られている。

旧ソ連、ソビエト連邦から1991年独立してから、35年になるが大変な親日国で、今までに在日大使は日本に大使館が出来て5人目だというが、今の大使、イエルラン・パウダルベック コジャタエフ閣下は2度目で、私の大分県と縁が深く、日本語がうまく、素晴らしい紳士である。国は独立後、急速な経



中央区ユネスコの人達です。左から2番目の方が俳優の「手塚日南人」さんです。カザフスタン民族衣装を身につけての写真

済成長を遂げ若い国である。歴史的建造物や宗教的な見所も多くあるようである。

公用語はロシア語、カザフ語。

人口は2,040万人、日本の6分の1。

親日国として大事にしたい国である。

12時から料理教室が始まった。

日本語のうまいジャミリアさんの司会で、講師グルザットさんの実演から始まった。③番の玉ねぎきざみから、挽肉と小麦粉と卵をまぜて、「マンティー」の中身が出来上る。

ギョーザの外カワに似たものを作るためにそば打ちに似た木材の丸棒を用意。講師にしたがって丸棒をあやつる、のばすから始まった。

蒸し料理、揚げ物料理など、40分程続き、試食へと進む。これが大草原での食事のいろいろかと、仲間と話しながら、カザフスタン料理を堪能し、全員でイエラン大使と合同写真。カザフスタン国の民族衣装を身にまとい、記念撮影が出来た。そして自分で作った、③マンティー、②バウルサック等少々手みやげを頂いて初体験で大変楽しい一時を過ぎて、カザフスタン大使館を後にした。ありがとうございました。

2026年2月8日 記