



EL SALVADOR

2026/8/25

音楽

エルサルバドル通信 VOL.3

原田 友紀

国民食 Pupusa

エルサルバドルを代表する国民食「ププサ」は、トウモロコシ粉（または米粉）で作った生地を、チーズや豆、豚肉などの具材を包んで平たく焼いた、日本の「おやき」のような料理。キャベツなどの野菜を使った酢漬け「クルティード」とトマトソースを添えて食べるのが定番。



→クルティード
たまにお腹
に当たる。



←チョコラテの素
鍋に沸かしたお湯や
牛乳に溶かして作る。

街の至るところに、ププサ専門店「ププセリア (Pupusería)」があり、朝に買って職場で朝食として食べる人も多い。朝・昼・晩を問わず食べられ、温かいチョコラテ（ホットチョコレート）と一緒に味わうのも定番。焼きたて熱々をナイフやフォークを使わず手で食べるのがエルサルバドル流。

知らない人の妊娠を祝う会へ

ホームステイ先の、会ったこともない遠い親戚のベビーシャワーに参加。こちらでは出産前に家族や友人が集まって盛大にお祝いする習慣があり、さながら結婚式のような。延々と謎のゲームが続く。初めまして、おめでとうございます。

エルサルバドルに来てからというもの、知らない人の誕生日会、知らない人の一周忌など「知らない人シリーズ」を着実に更新している。

