

# 今日の おすすめ

きょう しゃんはい とうじょう  
今日は「上海パオズ」が登場します。

ぱおず なにもの  
「パオズ（包子）」とは何者？



包子（パオズ）は、中国料理の一種で、小麦粉の皮で餡をつつんで蒸した料理で

す。日本では「肉まん」として知られることが多いですね。豚肉や牛肉、鶏肉な

どの具材を使ったり、野菜を入れたりすることもあります。形や具材は地域、お

店によっていろいろあります。



## でも

きょう しゃんはい  
今日の「上海パオズ」は肉ま  
んとは、ちょっと違います。



左の地図の「上海」で作られて

いる、一番小さい「包子」を

「小籠包」と言います。コレが

上海パオズです。

