



ティフィン

宗教やカーストによって食べられるものと食べられないものが細かく決まっているため、インドの学校や会社は給食や大食堂などがあまり発達せず、個人個人が弁当箱を持って行き、お昼を食べる習慣がある。これは小型の弁当箱で、二段重ねになっていて、主食（ご飯かチャパティーというパン）とおかずを別々に入れて持ち運べるようになっている。

三尾先生からのひとこと

三段重ねで主食とおかず二品、または豆を使ったダールというスープを入れられる形もよく見かけます。でも中に詰めるものは家庭によって、また日によって、いろいろ。ふたを開けるときのドキドキする気持ちはインドでも日本でも変わりません。