

☆「からだにやさしい」“大妻高校生と地元の食材を使って親子で料理教室”に参加しました！

くわが村団体名:ななえの食を考える会 × 函館大妻高等学校食物健康科>



『ななえの食を考える会』は2月10日(土)に、大妻高校生と親子が地元で生産された食材を中心にしたメニューを作る料理教室を開催しました。大妻高校食物健康科の北出先生が調理を実演した後、参加した高校生4人が各テーブルにひとりずつ付いて、包丁の持ち方や食材の切り方などを親子にアドバイスしてくれました。

また、「本物の味を知って欲しい」と『昆布とかつお節で取った一番だし』と『顆粒だし』を飲み比べました。顆粒だしに慣れていると分かりづらいますが、尾札部町の御献上昆布を煮出し、かつお節を加えて取った天然だしは風味が豊かでした。

だし汁は長ねぎと、七飯町のお豆腐屋さんの豆腐、ななえの食を考える会が仕込んだ味噌を加えてお味噌汁になり、だしを取ったあとのかつお節も急遽「おかかにしようか」と、おにぎりの具に変身しました。

北出先生は「料理をはじめたのは26歳で、味が分かるか不安だったけどちゃんと分かった。小さい頃に色々食べていたおかげ。」というお話をしてくださいました。

大妻高校食物健康科は食育の重要性を背景に2008年に開設した学科で、入学当初は、だしの取り方も分からなかった生徒も、卒業時には先生や親に感謝の気持ちを込めて和食を振る舞うという行事があるそうです。料理教室では生徒のみなさんの手際の良さにも惚れ惚れしました。



< 本日調理したメニュー >

「しいたけの肉詰め」(七飯町『福田農園』の王様しいたけ)

「じゃがいものカリカリバターソテー」(森町『政田農園』の北海こがね)

「ほうれん草のごま和え」(七飯町『さわやかからあーむ』のちぢみほうれんそう)

☆ほうれん草は切り落とした根元もおいしかったので、急遽味噌汁の具に加わりました。

ボリューム満点のプレートをいただき、参加者からは「おかかのおにぎりが美味しい!」「ほうれん草があまい」といった感想が聞かれました。

◎ななえの食を考える会や大妻高校について知りたい方はこちらをごらんください↓

ななえの食を考える会 <https://www.facebook.com/profile.php?id=100057733476518>

函館大妻高等学校食物健康科 <https://www.hakodate-otsuma.ed.jp/course/foods-health/>