

第2回 料理教室

目的 季節の料理や地域の食材を生かした調理を学ぶ。

対象 市内在住・在勤の成人(12名)

講師 比留間 ゆき氏(坂下公民館登録団体)

日程

回	月 日	時 間	内 容	参加人数
1	12月3日(火)	10:00 ～ 13:00	「小麦粉を使わない！！米粉でつくるおしゃれなクリスマス・ディナー」 米粉ニョッキ、米粉ロールケーキ、ほうれん草のポタージュ、人参と大根のリボンサラダ	12

ま と め

小麦粉アレルギーの子どもでも美味しく食べられる「クリスマス・ロールケーキ」を小麦粉を使わずに米粉を使って作りました。米粉のしっとり感、作り方を覚えれば意外と簡単に作れるロールケーキ、全てのことに参加者は驚いていました。

また、米粉で作ったニョッキ、これまた美味しく、参加者からは「米粉がこんなに使い勝手が良いとは思わなかった。」など多くの感想をいただき、普段使いたない食材を使用したことで料理の幅が広がり、これからも色々な食材を使用した料理教室ができたかと考えます。

保育付きで開催したところ、若いお母さんの参加が多く「託児の講座ありがたいです。」と多くの意見をいただき、今後も保育付きの必要性も感じました。

