

食育ミニセミナー⑧

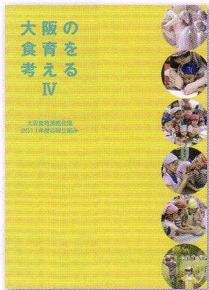
「大阪の食育を考えるⅣ」の冊子ができました

大阪スローフード協会
理事長 不破三枝子



皆さん、明けましておめでとうございます。今年も、よろしくお祈りします。さて、今回は、うれしいお知らせをひとつ。昨年9月27日に行いました、おおさか食育フォーラム「大阪の食育を考えるⅣ」の冊子ができ上がりました。今回のフォーラムでは「地産地消から続産続承へ」をテーマに日本の農業の未来を支える土台となる後継者問題について考えました。TPPや食の自給率、安心安全の問題など農業を巡っては様々な問題がありますが、後継者なくして何の解決もできません。そこで、実際の後継者やそれを支えるの方々をお招きし、現状と未来への取り組みなどを語っていただきました。その模様をこの冊子でまとめています。また「夏休み子どもチャレンジ」を行った企業の食育への取り組みも紹介しています。ぜひ、冊子をご覧ください。子どもたちの明るい笑顔を見ながら、これからの日本の食や農業について私たちと一緒に考えてください。

■「大阪の食育を考えるⅣ」の冊子についてのお問い合わせは、大阪スローフード協会事務局までご連絡ください。



●「こちゃん」とでは皆さまからのご意見、ご希望、さらにはアイデアをお待ちしています。

E-mail:
osaka-slowfood@pop02.odn.ne.jp

芯からカラダを温める あんかけ生姜そば



【材料 (2人分)】

- 土ショウガ…すりおろし小さじ2 ●長ネギ…適宜
- そば(乾麺)…150gまたは、ゆで麺2玉

- (A)●だし汁…3カップ ●みりん…大さじ4
●濃口醤油…大さじ3と1/2

- 水溶き片栗粉…適宜

【作り方】

- ①下準備する。長ネギの白い部分はせん切りに、青い部分は小口切りに。
- ②(A)を沸騰させ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ③麺をゆで、どんぶりに盛り、(A)をかけ、ショウガとネギを天盛りにする。

ショウガがピリッと利いた美味しさ 鶏のから揚げ 生姜甘酢あんかけ

【材料 (4人前)】

- 鶏もも肉…大1枚(ぶつ切り)

- (A)●土ショウガ…すりおろし大さじ1
●濃口醤油、みりん、片栗粉…各大さじ2
●小麦粉…大さじ3

- 土ショウガ…せん切り1/4カップ
 - ニンジン…中1本(一口大に切り、ゆでる。)
 - ブロッコリー…1/2個(小房に分け、さっとゆでる。)
- (あんかけソース)●だし汁、酢、砂糖、濃口醤油…各1/4カップ
●水溶き片栗粉…適宜

【作り方】

- ①下準備し、(A)に、鶏もも肉を混ぜて10分以上寝かせ、170度の油でゆっくり揚げ、唐揚げにする。
- ②〈あんかけソース〉の材料を鍋で沸かし、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ③皿に鶏の唐揚げ、ブロッコリー、人参を盛り、ショウガのせん切りを天盛りにする。
- ④ソースを別器に入れて添え、食す時に回しかける。



今川れい子先生の「こちゃんと菜々」その12 / ショウガ

寒いからこそ、からだの中から温まりたい！これが食べ物の力。今回はショウガを使った、からだポカポカメニューをれい子先生にうかがいました。



〈プロフィール〉
神戸市御影と兵庫県朝来市和田山にて料理教室「スタジオ・ドレッセ」を主宰、大阪スローフード協会理事

from こちゃんと

新年、明けましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。本格的な節電の波が寒さとともに関西にもやってきました。でも、ちょっと待てよ、と考えてみました。私たちは電気に頼り過ぎていなかったか。そういえば昔は、

食べ物やいろんな知恵で暖をとっていたことを思い出しました。厳しい寒さが続きます。体調には十分注意しながら、あんなことをしていたな、と昔の知恵など思い出してみるのも面白いかもしれません。イベントなどいろいろ更新していますので、ホームページも見てくださいね。