

大阪スローフード協会「食育」活動レポート

大阪スローフード協会では体験型の親子食育活動を行っています。詳しくはホームページをご覧ください。

今年もたくさんの「いただきます」と「ごちそうさま!」を聞きました。

この夏～秋にかけての親子食育は、土の恵み・海の宝とも言える「野菜とお魚」をメインに5回実施しました。前号で紹介した畑家族2回目以降の実施イベントを、ダイジェストでご報告します。

畑で野菜を育てる、おいしくいただく

畑家族
第2弾

野菜の収穫とお味噌づくり、畑ランチは花でおいしいお肉と野菜

平成25年8月24日(土)

協力:マルコム㈱・築野食品工業㈱



7月27日に実施した第1回目から約1カ月後の8月24日(土)、14家族・48名が集まってくれました。

あいにくの雨にもかかわらず、子どもたちは収穫に夢中。自然相手の農作業は「雨ニモマケズ」を、身をもって学びました。



今月のワークショップは、お味噌作りとこめ油(山椒香味油)のお勉強。

お味噌作りは、業界最大手のマルコム㈱の協力で大豆から作る手作りみそに挑戦。丸めた「みそ玉」をみなさん大事そうに持って帰られました。

続いて、和歌山の築野食品工業㈱による、こめ油で揚げたおかきの試食や、地元のお山椒農家とコラボした「山椒香味油」の味見を通して、こめ油を学びました。

おなかペコペコで迎えたランチタイム。マルコム君の登場に会場は沸きました。お味噌や花を使ったレシピは、お母さん方にうれしいヒントがいっぱいで大好評!でした。

高槻・里山農園かしふね

畑家族
第3弾

野菜の収穫とごま油でヘジドレづくり、最終回の畑ランチはバーベキュー大会!

平成25年9月29日(日)

協力:竹本油脂㈱・株神戸物産



9月中旬の台風は、高槻の里山にも爪痕を残し、開催も危ぶまれましたが、みなさんの努力で、無事最終回を迎えることができました。

台風で畑は水没の被害にあい、楽しみにしていたトウモロコシの収穫は残念な結果に。自然の厳しさ、育てることの大変さを目の当たりにしました。



最終回のワークショップは、ごま油の老舗 竹本油脂㈱の協力で野菜をおいしくいただくドレッシングづくり。ごま油の香り&味比べの後、ごまを煎らずに仕上げた、香りのない太白ごま油にハーブを入れて香りづけ。塩・胡椒やトウガラシで味つけし、みんな思い思いに喜々と作ってくれました。

そして、楽しみにしていた、本立の中でのバーベキュー!。炭がおちらなかつたり、野菜が焦げたりするものご愛嬌。各テーブル、にぎやかに楽しく、舌鼓をうち、ファイナルにふさわしいランチとなりました。

海の宝

ルウェーから「サーモン」が、北海道から「鮭」が届き、お魚食育を実施。ふだん切り身でしか見ることのない魚を捌く様子に子どもたちの目はくぎ付けでした。

サーモン編

冷たく澄んだ海からの贈り物

平成25年9月1日(土)

堺市・大起水産 海鮮レストラン
協力:大起水産㈱・ノルウェー水産物審議会

たくさんの応募者の中から見事当選された14家族・40名が集まってくれました。

●ノルウェーのこと、サーモンのことをクイズ形式で学びました。



●オーロラサーモンの解体ショー。陸揚げされてから、たった36時間で日本に着くオーロラサーモンの鮮度にびっくり。



●カップ寿司&手巻き寿司づくりでは、家族であれこれ工夫をしながら、詰めたり、巻いたり、真剣な中にも笑顔がいっぱい。

●自分で拵えたお寿司の味は格別!ノルウェーの家庭料理「ヘルゲンスープ」とともに、おなか一杯!いただきました。



鮭編

鮭とホタテの手作りバイキング

平成25年10月19日(土)

大阪中央卸売市場・調理実習室
協力:北海道漁業協同組合連合会

10種類の料理が並ぶテーブルは壮観。みんなで作った料理をバイキング形式でいただきました。



●生まれた海へ戻ってくる謎めいた鮭の一生を、スライドで講習。みんな真剣に聞いていました。

●今が旬の秋鮭をみごとな手並みで捌き、ホタテの殻の開け方も教えてもらいました。



●テーブルごとに「鮭とホタテメニュー」を2~3点担当し親子で奮闘。ちびっこシェフが、みんなのためにバイキング料理を拵えてくれました。

●バイキング形式でいただきます!

