

R5文化教室

-食品ロスを削減しましょう！- 「乾物で簡単クッキング教室」



<日時・場所>

令和5年11月25日（土）10:00～11:45 ・中央公民館 料理室

<講師>

えんや あきよ
塩谷 明代さん（知多半島料理研究家）

<参加者>

延べ 21人（市内在住、または市内で活動している18歳以上の人）

<事業内容>

乾物の作り方やその使い方のヒントを学びながら、手軽で美味しい「乾物のふりかけ」や「乾物のスープ」を作り、『ご飯 de ランチ』します。

<講座を終えて> ※参加者アンケートより

- 簡単においしいふりかけができてびっくりしました。スープもだしが出たのか、とてもおいしかったです。家でも試してみたいと思いました。
- 日頃、破棄していた野菜も、とてもおいしく使えるということがわかり、今後に生かしたいと思います。
- ふりかけを買うと同じ味が暫く続くので、飽きてしまったり、そのまま残ったりしています。今日ぐらいの量を食いたい時に作って食べることができれば、新鮮でおいしく食べられることが分かりました。
- 良かったです。普段使わない調味料、ナンプラーのスープおいしかったです。干し網を持っているので、これから色々な野菜を干してみたいと思います。