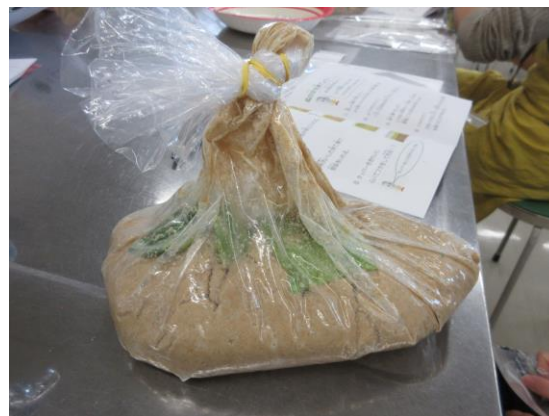


R5文化教室

腸活人気で再注目！「たのしいぬか漬教室」



<日時・場所>

令和5年10月28日（土）10：00～11：30 ・中央公民館 料理室

<講師>

柴田 哲典（しばた てつあき）さん

（あいち食育サポート企業（株）丸越社員・漬物製造管理士1級・野菜ソムリエ）

<参加者>

25人（対象：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>

日本の伝統食「お漬物」は季節や地域とともに人の知恵が伝承、共有され、現在も親しまれている。今回は「ぬか漬け」に焦点を当て、ぬか床作りの実習や育て方、ぬか漬けの栄養効果の講話ありで、あっという間に時間が過ぎてしまった。また、食べ比べもあり、市販のぬか漬けと手作りのぬか漬けの違いなど、味を楽しむことができた。

<講座を終えて> ※参加者アンケートより

- 色々な物を漬けられることを知り、家で作ってみたいと思いました。市販されているぬか床と手作りのぬか床の違いがわかり、スッキリしました。ぬか床はずっとやってみたかったのですが、やり方がネットだとよくわからなかったの
で、実際に見て挑戦する気持ちになりました。
- 親切にわかりやすく教えていただけてありがたかったです。金額も500円と
お値打ちだと思いました。会場準備等、いろいろありがとうございました。広
報をちゃんと見ていて、よかったと思いました。あと、思い切って申し込んで
よかったです。
- 家で夏場のみ、ぬか漬けを漬けていたが、夏野菜がなくなると白く表面がかび
てしまい、断念していたが、白いカビも大丈夫だということが分かった。

