



里海料理ワークショップ 開催しました!

日時: 平成29年7月2日(日)
10:00~13:00

会場: サンサン館みき(三木町)

講師: 吉田 美恵子氏
(フードコーディネーター)



7月2日(日)に、サンサン館みきにて、かがわ里海大学一般コース「里海料理ワークショップ」を開講しました。

海の幸を使った料理を通じて里海について考えていただくという講座で、21名が受講しました。今回は海の幸を使ったメニューということで、「白身魚とタコの和風パエリア」と「エソの団子汁」の2種類を作ります。

最初に先生による調理の流れをご説明いただきました。



今回の食材の1つ、「エソ」は、かまぼこなどによく用いられている白身のお魚です。

団子にするためにエソの切り身をすりばちでなめらかになるまですりつぶしますが、お魚の食感を残すためにあまりすりつぶしすぎないのがポイントとお話がありました。



今回の講座では6組に分かれて実施されました。子どもたちの参加もあり、和気あいあいとした雰囲気の中で楽しく実習が行われました。

いよいよ完成です。参加者の皆さんは、瀬戸内で採れたおいしいお魚を用いたパエリアと団子汁に舌鼓を打ちつつ、おいしい魚が育まれる豊かな海を守る大切さを感じていただいたようです。最後に、受講者のみなさんで里海人宣言を行いました。

