

宮澤 夏実 講師による“食育” 親子で料理教室(新米を食べよう!!)



10月28日(土) 子育て支援事業



新米の季節だからこそのお米の美味しさを伝えたい!!
お米さえ炊ければどんなときにも生きる力となるはず!!
そんな講師の思いから、今回はおにぎり作りを親子で実践しました。



講師特製のかぼちゃの味噌汁



お米が炊けるまでの間は、大人だけでじっくりとこだわりの調味料についての話を聞いたり、味見をして醤油や塩の風味の違いを体感したりしました。



お米に触れる時はそっと優しく...
お顔をなでるように研ぐと教わりました。

炊きあがった窯を開ける瞬間は、
子どもたちの一番の楽しみです。



炊けたお米は好きな形に握って、たくあんやのり、好きな塩で飾りつけ。親子でおにぎりを握る時間はとても和やかでした。

