

2月21日、ご当地グルメ まぐろカツバーガー作り&冬の野菜やまぐろの目利き 横須賀で親子食育体験イベントを開催

主催/神奈川県 サンケイリビング新聞社 協力/日清オイリオグループ
ヘルスメイトよこすか JAよこすか葉山

女性のための生活情報紙「リビング新聞」を発行するサンケイリビング新聞社(所在地:東京都千代田区、代表取締役社長 豊田 皓、以下弊社)は、日清オイリオグループと食育推進活動に取り組んでいます。

今回で11回目を迎えたこの活動では、小学生親子を対象に食体験コーディネーターの鶴岡佳則さん(以下、鶴岡さん)による地元食材の紹介や料理教室などを通じ、食の大切さを伝えています。

2月21日に神奈川県立保健福祉大学(横須賀市)で開催したイベントでは、10組の小学生親子が神奈川県で採れる食材の紹介や目利き、ご当地グルメを作る料理教室を通して、地元の食の魅力を学びました。

◆ご当地グルメ料理教室

横須賀市で食育活動を行うグループ「ヘルスメイトよこすか」が、ご当地グルメの「三崎まぐろと旬の三浦キャベツたっぷりカツバーガー」と「神奈川県産お野菜たっぷりサラダ」「ニンジン蒸しケーキ」の3品の料理を教えてくださいました。

料理に使った油は、フルーティーな香りが料理を引き立てる「ボスコエキストラバージンオリーブオイル」と、時間がたってもサクッとおいしい揚げものが作れる「日清ヘルシーベジオイル」を使用。料理教室を通して親子の会話も弾み、楽しい時間を過ごしました。



◆地元食材の目利き



神奈川県で採れる野菜の目利きも学びました。教えてくれたのは、鶴岡さんとJAよこすか葉山の阿部太郎さんです。

「キャベツやレタスは、芯の切り口の大きさが目利きのポイント。キャベツは500円玉、レタスは10円玉くらいの大きさが目安です」と鶴岡さん。他にも、カリフラワーの仲間の「ロマネスコ」や、三浦大根、三崎で水揚げされるまぐろのサクの目利きも学びました。

◆食育教室

鶴岡さんから、クイズを交え『食』について教えてもらいました。日本の食料自給率は約4割で、食べ物の約6割は世界中から輸入されています。食べ物の大量・長距離輸入によって輸送時に大量のCO2が排出され、環境負荷が大きな問題になっていることを紹介。そのCO2の排出量削減には、地元食材を積極的に食べることが役立つことを教わりました。

また、毎回好評の「匂い当てクイズ」も行われました。紙コップの中に食材を入れ、アルミホイルで閉じ、小さく開けた穴から匂いを嗅いで、中に入れたものを当てました。「中身を当てることも大切ですが、どんな香りがするかを感じ、考え、表現することが大切」ということを教えてもらいました。



【参加者からのアンケートのコメント】「息子と一緒に料理をしたりして、勉強になりとても楽しかったです。」(48才・男性) / 「三浦野菜のお勉強ができてよかったです。珍しい野菜をおいしくいただきました。」(45才・女性) / 「はじめてだったけど、とても楽しかったです。」(9才・女性)

＜本件に関するお問い合わせ先＞
サンケイリビング新聞社： 関根まで
E-mail: cc@sankeiliving.co.jp

〒102-8515 東京都千代田区紀尾井町3-23 TEL: 03-5216-9141 FAX: 03-5216-9250