主婦の元気はニッポンの元気！
主婦休みの日！

6月30日、「ルクエで簡単　親子料理教室」を開催しました

僕にも私にも、簡単においしく料理ができた！

主催／サンケイリビング新聞社　協力／コラムジャパン、日清フーズ

パパも新発見！　子どもと料理をするのって楽しい

「主婦の日」を応援するイベント「ルクエで簡単　親子料理教室」が、6月30日に開催されました（主催／サンケイリビング新聞社、協力／コラムジャパン、日清フーズ）。

当日は、6組のパパ＆キッズが「HATAKE AOYAMA」の神保佳永シェフに教わりながら、料理に挑戦。メニューは「ルクエ スチームロースターで作る白パン」「サクランボとショウガのジャム」「10種の野菜のミネストローネ」「野菜のイタリア風オムレツフリッタータ」です。

まずはジャム作りから。種を除いたサクランボ、千切りにしたショウガ、グラニュー糖、レモンの皮をルクエ スチームケースに入れ、電子レンジで約3分加熱後、冷蔵庫へ。続いての白パン作りも、スチームロースターで材料をよく混ぜ、こねたら生地をまとめて、発酵したら電子レンジにかけるだけ、ととても簡単！

パパもキッズも半数以上が「料理はほとんどしない」ということでしたが、みなさん手際よく、実に楽しそう！「この野菜もいれちゃおうよ」「もう電子レンジにかけてもいいかな？」など、親子の会話も弾みます。「子どもと料理するのって楽しいですね」とパパもニコニコ。「家でもまた作りたい！」とのキッズの言葉に、ママもうれしそうでした。

小学校で食育の特別授業に携わる神保
シェフの説明は分かりやすいと好評

パパとキッズで仲良く野菜切り。薄切りがやや厚めになっても、加熱時間を調整すればOK

白パンこねはスチームロースターの中で。手が汚れないのでラクチン

4品すべてが完成！　朝ごはんにもピッタリのメニューです

白パンは1.5倍くらいに膨らめば、発酵完了。通常は冷蔵庫で6時間以上ねかせますが、夏場なら日なたに置けば30分くらいで膨らみます。「大丈夫、膨らんでるよ」「イーストの香りがするね」と親子で仲良くチェックします

ママも参加して試食タイム。「おいし～い」の声に、パパもキッズもニッコリ。「野菜そのものの味が感じられるね」「家でもまた作りたい」の声が続出しました

仕上げの“ケチャップデコレーション”も真剣！

お土産は「ルクエ スチームロースター」「スパチュラ」「日清 カメリヤ 強力小麦粉」「日清 スーパーカメリヤ ドライイースト」、神保シェフの「ルクエ スチームケース レシピ集」など。家でもすぐに白パンが作れると参加者に大好評でした