

種市小学校 子ども達を支援する会

休日支援事業

平成 20 年度の
活動の様子を
お知らせしま
す。

第7回支援事業
郷土料理を作ろう！

平成21年2月21日（土）



濱渡トメさん、竹高幸子さん、滝川ハキさんの3名を講師として、郷土料理作りに挑戦しました。今年のメニューは「ジャガイモはっと」（ジャガイモと小麦粉を混ぜたひつまみ）です。

参加した子どもたちは、支援する会の人たちにサポートしていただきながら、ジャガイモやニンジンの皮むきをしました。



皮がするっとむけて、お面白いね。

皮をむいたジャガイモをおろし金ですりおろし、小麦粉と混ぜあわせました。そして、ほそ長くのばして鍋に入れます。



おろし金って、結構、力が必要なんだね。



こ～んな形にのばしてみました。どうですか？



また、18種類の穀物を混ぜた栄養たっぷりのご飯を炊き、18穀米のおにぎりも作りました。

茶碗に18穀米の量を調節し、ラップに移し替えてみんなで握りました。あっという間におにぎりの山ができました。

栄養たっぷりの18種類の穀物がいっているんだよ。



このお米に何が入っているの？



わー。おにぎり、こんなにできちゃった。

1時間半くらい調理の後、出来上がった郷土料理の会食会です。子どもたちが会食会を進行し、みんなでおいしく頂きました。



みんなで作った料理のお味はどうか？



ジャガイモはっと、とってもおいしいです。



最後に、今日の感想を発表し合いました。そして、浜渡さんから、雑穀は健康にとってもいいこと、昔はお米の代わりによく食べていたという話をお聞きました。

食べ終わったとは、後片付けも、みんなでしっかりがんばりました。

こういう料理を、昔はよく食べていたものです。健康にもいいんですよ。だから、皆さんと作ってみたいと思ったんです。

