

## 第7回広島かき親子料理教室

平成27年12月5日(土)広島県健康福祉センター(広島市南区)にて「第7回広島かき親子料理教室」を開催いたしました。食育料理研究家の小出義明氏を講師にお招きし、親子15組(34名)の方々が参加して下さいました。



小出先生による「食育とマナーについて」の講演では「子供の頃からよく噛んで味わって食べることの大切さ」を教えていただき、料理を美味しく作るコツや野菜を無駄なく使う方法等を紹介していただきました。

### 《調理実習メニュー》

- ・「広島かきフライどんぶり」
- ・「広島かきと大根の炒り煮」

### 《調理実演メニュー》

- ・「かきチャウダーイタリアン」
- ・「かきのしぐれ煮」
- ・「かきとトマトの炊込みご飯」



小出先生にアドバイスをいただきながら、子供たちも慣れない手つきで、一生懸命料理を作っていました。調理後の試食では、「うちの娘はかきが苦手だったのに全部食べました!」「かきって本当に美味しいですね!」「家でも作ってみます!」といった大変嬉しい声をいただきました。

これからも美味しい「広島かき」をたくさん食べていただきたいと思います。

ご参加下さった皆様、どうもありがとうございました。