



ぷらす げんき
+ 元気



調理教室レポート

2011年5月18日、小田原市川東タウンセンター『マロニエ』にて 調理教室が行なわれました。
メニューは でんぷんノンフライ麺を使った「かた焼きそば」とフルーツです。



講師さんのデモ後にみなさんスタート！
茹でたノンフライ麺を揚げるのは、なかなか勇気が入ります。
思い切ってドブン！意外に油もはねず、順調順調♪色づきにいいでんぷん製品ですが、中には焦げた方も…。しっかり揚がった麺は、カリッ、そしてアンの絡みでじゅわっ。美味しい！思わずもれた声もここでも、あちらでも。
フルーツも、グラスに盛ることで量も多く見えるし、なにより美味しく見えますよね。日本人は五感で味わうといわれますが、正に

五感に訴えるインパクトがあります。

食事の後は、今回は埼玉から泊りがけでいらしたパンの先生による生ハーモニカ演奏にうっとり。



続いてはアカペラも飛び出して、とても和やかで笑顔の絶えない会になりました。

次回は何が飛び出すか、わくわくしますね。

創作料理では、事務局から開発中のノンフライうどん(仮称)の試食、ジャムクッキーにブルーベリーパンを紹介させていただきました。

調理教室も回を重ねるごとに、いらした方々がエプロンをしめながら、「何をやりましょうか？」と積極的にお手伝いして下さいます。10時開始ですが、その前に下ごしらえや、テーブルのセッティング等 やることは沢山あります。でも、皆さんがお手伝いして下さるようになって、スムーズに始められるようになりました。(事務局が手際悪すぎて、見てられないから?) 本当にありがとうございます。

マロニエでの調理教室も 徐々に参加して下さる方が増え、参加者同士の横の繋がりも広がっているようです。初めて参加された方は、体験を聞き、話すことで不安が軽くなるようです。帰りに「さようなら」とにっこりしていただくと、事務局も講師の先生も疲れが飛びます。また皆様の笑顔に会えるよう、来月も再来月も頑張っていきます。

来月は、栄養士さん向けの『第4回 CKD 及び透析時の調理実習と栄養相談実践教室』が開催されます

ので、7月にまた皆様にお会いするのを楽しみにしています。7月は16日(土)の予定です♪♪