

# 枚方南支部 同好会

(松愛会枚方南支部 料理教室)



## 「2012年度第1回料理教室」

2012.5.15

2012年度料理教室が、5月15日(火)から南部生涯学習市民センター(ユウカリ)で今年もスタートしました。

テーマは「ヘルシーな男の料理教室(初級～中級)」(全5回)ということで、講師は昨年同様に「(株)日本食生活指導センター」の加藤恵実さんで、会員の参加者は20名です。第1回は「鰯のかば焼き」「肉豆腐」「なめこのお吸い物」の3品です。

加藤講師は毎日放送テレビ「なるほど」の料理部門に7年間出演されていて、明るく楽しくテキパキとした指導をされる、御実家は料理店ということで生粋の料理人です。

今年度参加した20名の会員さんのうち7名が初めての参加ということで、多少の緊張感ある中で、加藤講師から本日のレシピの3品についてテキパキとした調理方法の要領説明が始まり、その後4班に分かれ、調理開始。

「鰯のかば焼き」ではいわしの手開きを各人2尾おこない、内臓をとり、形を崩さずうまく小骨をとっていました。

各班ともベテランの方にうまく引っ張っていただき、結構順調に料理が完成、試食の運びとなりました。

試食は皆さんうまいまいといって、あっという間に食べ終わりました。

来月は「ハッシュドビーフ」「かぼちゃのサラダ」「オニオンスープ」に挑戦します。

(報告、写真：中村雅裕、吉川亨)



本日の献立



1時間前に買い物です



講師の加藤さん



運営ルール説明



レシピ説明



調理 1



調理 2



A班のみなさん



B班のみなさん



C班のみなさん



D班のみなさん



おいしいね！

