

イオン・大阪ガス『スマートレッスン 120』ぬか漬け教室

- ◆ 日時 2016年12月15日(木) 10:30～13:00
- ◆ 場所 大阪ガス hu+gMUSEUM(ハグミュージアム)
- ◆ 主催 大阪スローフード協会
- ◆ 協力 イオン大阪ドームシティ店・大阪ガス hu+gMUSEUM
- ◆ 講師 料理研究家 今川 れい子先生
東海漬物株式会社 漬物機能研究所 小野 浩

大阪ガス(株)のキッチンスタジオで行われた料理教室「スマートレッスン120」で、ぬか漬け教室を実施いたしました。ぬか漬け教室は、前回(2016年5月実施)とても好評だったため、第2弾の開催となりました。

今回もたくさんの方にご参加いただき、発酵食品であるぬか漬けに注目が集まっていることを伺い知ることができました。

まず初めに、漬物機能研究所の小野によるぬか漬講座で発酵のしくみや失敗しないぬか床作りについて学び、その後、東海漬物の『熟ぬか床』を使ったぬか床のかき混ぜ方の実演を行いました。

続いて行われた料理研究家 今川れい子先生によるお料理教室では、きゅうりのキューちゃん、におわなキムチを使ったオリジナルレシピを調理しました。短時間で作ることができて、彩り豊かなお料理で、パーティーメニュー、お正月料理にも使えそうです。

お食事をしながらの質問タイムでは、ぬか漬け作りに関して積極的な質問が多数ありました。お土産の『熟ぬか床』で、ご家庭それぞれのぬか漬けの味をお楽しみいただけることでしょう。

【ぬか漬講座】



【お料理教室】



料理研究家 今川れい子先生による
レシピの説明

- 【今日のメニュー】
- ・キューちゃん寿司の大根巻き
 - ・キューちゃんなます
 - ・におわなキムチの餅バーガー



大好評のぬか漬



質問タイム



お土産としてお持ち帰りいただいた「熟ぬか床」