

## イオン・大阪ガス『スマートレッスン 120』ぬか漬教室

- ◆ 日時 2017年12月4日(月) 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、ぬか漬教室を実施いたしました。ぬか漬教室は、今回が第4弾の開催で、36名の方にご参加いただきました。受講者の方の中には前回に続き2回目という方もいらして、人気の高さが伺えます。

まず初めに、弊社漬物機能研究所の小野によるぬか床講座で、発酵のしくみや失敗しないぬか床作りについて学びました。その後、当社商品『熟ぬか床』を使ってぬか床のかき混ぜ方の実演があり、初心者にも分かりやすい内容でした。

続いて行われた料理教室では、料理研究家 今川れい子先生考案のお漬物を使って簡単にできるクリスマスメニューに挑戦しました。キューちゃん、こつぶキューちゃん、におわなキムチを使い、ローストチキン、クラッカーディップ、スープ、サラダを調理し、彩り豊かな出来上がりでした。あらかじめ用意してあったアボカドとパプリカのぬか漬もご試食いただき、たいへん好評でした。

食事後には、講師の小野に直接質問する熱心な方もいらして、ぬか漬作りへの意欲の高さがうかがえました。お持ち帰りいただいた『熟ぬか床』で各家庭のぬか漬の味をお楽しみいただけたら幸いです。

### 【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



1グループ6人で、レシピごとに担当を決め、テキパキと調理しました。



【本日のメニュー】



【お食事タイム】

- ・におわなキムチ    ローストチキン    ・キューちゃんディップ
- ・マセドアンキューちゃんスープ    ・キューちゃんサラダ



大好評のぬか漬  
(アボカド、パプリカ)



お土産としてお持ち帰りいただいた  
「熟ぬか床1.2kg」