

“大切につなぎたい地域色を活かした家庭料理”

全国家庭料理体験リレーイベント

全国リレーの第2弾は、最南端県・沖縄。沖縄の食の魅力を大発信！

第2弾
《沖縄県開催》
10月25日(土)



楽しく作って
美味しく食べて
みんなで伝承！

沖縄県那覇市「オール電化体験施設力エルぴあ なは」にて
講師；松本嘉代子 先生(「松本料理学院」学院長)



今回のご参加は17名さま。親子募集ではありませんでしたが、親子さんも2組！

冒頭、今回の主旨、“楽しみながら大切につなぎたい”という協会の想いをご説明、そして全国リレーということで初回の秋田の郷土料理「きりたんぼ」と「だまこ」についてご参加者の感想も含めてご紹介いたしました！



そして、いよいよ本編、松本嘉代子先生による、琉球料理への想いの詰まったご説明とデモンストレーション！

伝承していくためには「味の記憶が大切」と語る松本先生。



メモしたり、立ってのぞき込んだり、写真撮ったり…皆さん興味津々っ！

まず1品目は、大豆を使った呉汁の「グー汁」。

続いて2品目は、近年見かけなくなったからこそ、残したい沖縄伝統菓子「ティンピヌメーまんじゅう(天妃前まんじゅう)」。小豆ではなく、ハツタイ粉(麦こがし)あんに小麦粉を薄く練った衣を包んで月桃の葉にのせて蒸したもの。



↑ 蒸す前(左)と蒸しあがり(右)



3 品目は、2 種類の「**プットゥルー**」。

茹でたそうめんを使う「**ソーメンプットゥルー**」はデモと試食のみ。

そしてもう 1 種類は、芋くず(さつま芋のでんぷん)を使った「**芋くじプットゥルー**」。

ちょっとぽてっとした食感がプットゥルーの特徴！

←素早く混ぜて混ぜて作ります。ほとんどの方が食べるのはもちろん、作っているのを見るのも初めてっ！



↑「シリシリ」を使って
作ることが大切！

4 品目は、全国的にも有名な「**人参シリシリ**」。

ただ実は、人参を「シリシリ」という卸し金でせん状にすり卸して作るもので、

本来、包丁で千切りしたものはシリシリではないとのこと❌

“本物”の沖縄の人参シリシリを作って、繋いでいきたいですね！

5 品目は、沖縄の焼きくるま麩と卵を使った「**麩タシヤー**」。

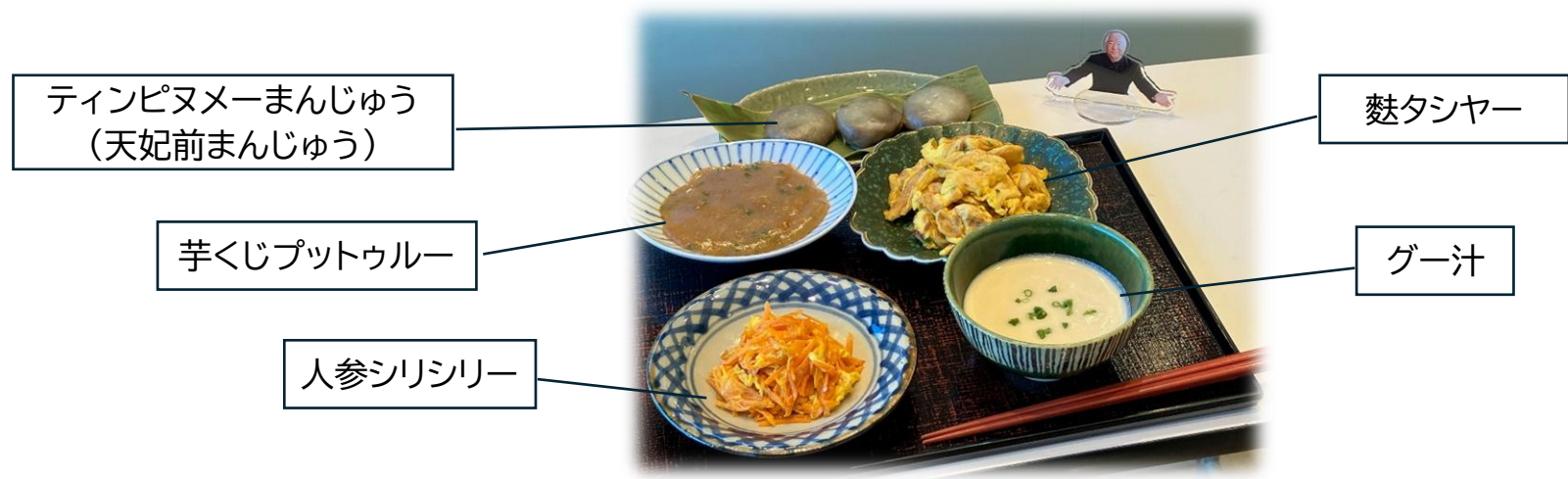
お麩を卵液に浸してしっかりしみこませることがポイント！

初めてお会いした方同士も、一緒に調理実習するとみんな仲良し！

先生に、「こういう感じでいいですか〜？」などと質問しながら、皆さん、とても楽しそうに、一生懸命に作ってくださいました！



完成したお料理はみんなで楽しく試食！



♪ご参加の皆さまのご感想

- ・ とても楽しかった！
- ・ 美味しかった
- ・ 初めて聞く料理や初めて食べる料理があって、郷土料理を伝承していく大切さがわかった
- ・ こんなに美味しいものが沖縄料理は多くあるのかと感動した
- ・ これから家庭料理にぜひ取り入れたい
- ・ 子供たちにも伝えていきたい
- ・ 今日習ったお料理はすべて食べやすくて食べた後の体がほっと温まったような、体が喜んでいる気がした
- ・ 私にとっては「今日の味」が沖縄の味の原点になった！
- ・ このような機会があればまた参加したい

などなど、嬉しいご感想をいただきました！

ご参加の皆さまには、当協会賛助会員のお土産をプレゼント！

- ・ 味の素(株)「ほんだし」「丸鶏がらスープ」「固形コンソメ」
- ・ 宝酒造(株)、「タカラ本みりん」
- ・ ハウス食品(株)「こくまろ黒カレー」「フルーチェ」「カレーパートナーシリーズ(ガーリックライス)」

皆さま、とっても喜んでくださいました！

ご協賛くださった各社さま、誠にありがとうございます。

松本先生が携わった琉球料理の冊子 3 種と全料協「創立 70 周年記念誌」もプレゼント！



また、当日は、「琉球新報」の方が取材に来てくださいました！

掲載も楽しみです！

◀ 全国家庭料理体験リレー開催について ▶

冒頭に、第 1 回の秋田の郷土料理についてご紹介した際に「へえ～！」などという感想があったり、「本土でも食べますか？」「本土はどうですか？」などにご質問されたり、、、今回も、「全国リレー形式」として、全国組織ならではの地方色を出す企画の面白さを感じました！

日程	場所	メニュー
10/13(祝)	秋田県／ Natural Kitchen アンジェリカ	イタリアンだまご鍋、とんぶりキノコのポン酢和え 枝豆プリン
10/25(土)	沖縄県／ オール電化体験施設力エルぴあ なは	人参シリシリー、プットゥルー、麩タシヤー 他
10/26(日)	茨城県／土浦料理教室	けんちゃん汁、鶏肉と栗の煮物、れんこんのサラダ 他
11/02(日)	大阪府／舟島料理教室	せんば汁、かやくごはん、串カツ
11/16(日)	静岡県／中遠調理師専門学校	落花生と芋の炊き込みご飯、ずいきの揚げびたし 他
11/29(土)	富山県／総合カレッジ SEO 富山校	とろろ昆布おむすび、あんばやし、いとこ煮 他
12/13(土)	香川県／キッス調理技術専門学校	オリーブ地鶏の照り焼き、まんばのけんちゃん 他

「人参シリシリー」「麩タシヤー」は、ほとんどの方が分でも作っているし、食べたこともありましたが、「ティンピヌメーまんじゅう」は買って食べたことはあったが、作ったことはないし、自分で作れるとは思わなかったという方が多く、更に「芋くずプットゥルー」「グー汁」に関しては、3/4 くらいの方が初めて食べたということでした。伝承していくためには、まずは、「知って」「食べて」いただくことだと実感しました。

今回の企画が、郷土料理や地元の食材を見直すきっかけになれば嬉しいです！
そして、ぜひ、ご家庭でも、またみんなで楽しく作ってもらえたらいいなあと思います。

皆さまの笑顔に私たちもほっこり！とてもHAPPYになりました。

ご参加くださいました皆様、ありがとうございました。

そして、松本先生、お手伝いいただきました皆さま、ありがとうございました。

一般社団法人 全国料理学校協会

協会サイト <https://zenryoukyou.com/> Instagram ユーザーネーム [zenryoukyou](#)