

～ 創立 70 周年記念企画 ～

“大切に繋がり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 5 弾は徳川家康が願った「不死」の道の始まり、静岡県・御前崎！！

第 5 弾  
《静岡県開催》  
11 月 16 日(日)



楽しく作って  
美味しく食べて  
みんなで伝承！

静岡県御前崎市「中遠調理師専門学校」にて

講師；松井ゆみ子 先生(「中遠調理師専門学校」校長)



今回のご参加者は親子 6 組など含めて全 30 名。

冒頭、今回の主旨、“楽しみながら大切に繋がりたい”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「きりたんぽ」と「だまこ」について、第 2 弾の沖縄の琉球料理、特に「人参シリシリ」について、第 3 弾の茨城のれんこんや栗料理について、第 4 弾の大阪のせんば汁やかやくご飯について、写真をお見せしながら、ご参加者の感想なども含めてご紹介いたしました！



いよいよ本編、松井先生のデモンストレーション開始！

みんなデモ台の前に集まって熱心に聞いてくださいました。





今日注目の食材は何といっても「生落花生」！

産地の御前崎では、この時期限定で乾燥したり煎ったりする前の“生”の状態が出回る！

みんなで一粒ずつ丁寧に皮を剥きましたっ！

塩茹でや煮豆にすることが多いというが、

今回は同じく地産食材の「さつまいも」と合わせて炊き込みご飯にしました。

ほとんどの方が初めて見たという「ずいき」！

ずいきは、サトイモの蔓の部分で、捨てられてしまうことが多い。

アクと繊維質が強く、十分な下処理が必要ですが、歯ごたえがあって美味しいんです。

産地ならではの“エコ食材”として美味しく活用！

丁寧に皮を剥いたら、素揚げします。

丁寧に作ったら美味しくなります！



サーモンのスパイスムニエルを焼いたり、ソース用のきのこを炒めたり、、、  
わきあいあいとみんなで調理しました。

デザートのプリンミニパフェの盛り付けも自分たちでやりました！



調理実習の後は、みんなで試食！

トマトは爆ぜてしまったものを活用してピクルスに(試食のみ)。

大切に育てられた食材を美味しく食べつくすという思いが詰まったメニューです。

みんなで一緒に作ってみんなで食べると本当に美味しいね！ 自然と笑顔になりました。

♪ご参加の皆さまのご感想(主なもの)

- ・ 楽しかった！
- ・ 美味しかった！
- ・ ずいきは初めて食べたけど美味しかった。
- ・ ずいきを剥くのが楽しかった！
- ・ 芋の蔓が食べられる食材とは知らなかった。
- ・ 生落花生の炊き込みご飯は初めて食べた。食感が良くてとても美味しかった。
- ・ 茹でた落花生は今まで好きではなかったが、炊き込みご飯はすごく美味しかった。
- ・ 地元食材でここまで愛情がこもって慈しんで育てられた料理があったなんて感動！
- ・ 秋を感じられる素晴らしいメニューだった！
- ・ バランスもよくて本当に美味しかった。
- ・ 親子で料理できて楽しかった。
- ・ 家でも作ってみたい。
- ・ また参加したい。

などなど、嬉しいご感想をたくさんいただきました！

ご参加の皆さまには、当協会賛助会員ご提供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」
- ・宝酒造(株)「タカラ本みりん」
- ・ハウス食品(株)「ホワイトカレー」「フルーチェ」「カレーパートナー」
- ・ヒガシマル醤油(株)「牡蠣だし醤油」「うどんスープ」「カレーうどんスープ」

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。

全料協「創立 70 周年記念誌」もプレゼント！



掛川市保健所の方がいらしてくださり、  
手をかざすだけで日々の野菜摂取量が測れる  
「ベジチェック」も実施！  
子ども達は給食のおかげ(?)なのか、  
比較的数値が高かったが、  
大人は不足気味の人も多かったようです！  
総評として、緑黄色野菜の摂取や生より加熱する  
ことなどもお話いただきました。



この時期の生落花生、茹ですにそのまま炊き込む今回の作り方は簡単でとっても美味っ！

皆さん、新しい食べ方として楽しんでいただけたようです。

また、「ずいき」を知っていただけたことは地産地消やエコ食材活用の観点からとても良かったと思います。

料理とは異なりますが、

小さいお子さまも、「お茶が好き！」とおっしゃっていて、お茶処・静岡ならではだと感じました。

冒頭の楽しい地域のお料理の話も興味津々に聞いてくださっていて、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！

《 全国家庭料理体験リレー開催について 》		
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、とんぶりと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カエルぴあ なは	人参シリシリ、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

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、そして料理が好きになってくれたら幸いです！

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、中嶋先生、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