

## 食育活動の紹介

### NHKカルチャー「ぬか床」講座

日時:2014年3月19日(水) 10:00~12:00

場所:(株)NHK文化センター内 NHKカルチャー大阪梅田教室(大阪市北区)

講師:東海漬物株式会社 漬物機能研究所 小野さん、大阪支店 今村さん

講師:料理研究家 今川れい子 先生

大阪スローフード協会様主催のもと、「ぬか床」イベントは4回目となりました。今回は募集チラシの新聞折込より、1週間ほどで定員を上回り、定員30名を40名に変更。さらに10名を超えるキャンセル待ちとなる人気講座となりました。普遍の健康志向を背景に「醗酵のチカラ」への関心はますます高まっています。

#### ■小野さんによるぬか床の歴史や醗酵の講座



#### ■今村さんによる東海漬物の「熟成ぬかみそ」を使ったぬか漬の実演



■今川先生によるお漬物を使ったおかずになるレシピの説明がされました。そして、参加者全員でレシピメニューを試食しました。

#### おかずになる漬物メニュー

1. キューちゃん寿司(Qちゃん使用)
2. キューちゃんサンド&カナツペ(Qちゃん使用)
3. チキンキムチボール(におわなキムチ使用)
4. キムシャキサラダ(こくうまキムチ使用)



■最後には東海漬物の浅漬(四季のおもてなし)をバイキング形式で試食。

非常に得るものが多く、有意義であったという間の2時間でした。などという感想をいただきました。

漬物や料理への工夫などに貢献できた活動となりました。