

「めぐみ野」ピーマンを使ったピーマン味噌クッキング教室（明石台店）



9月1日（火）明石台店エリア22人のみなさんが、ピーマン味噌作りに挑戦しました。

講師は田尻産直委員会婦人部のみなさん。

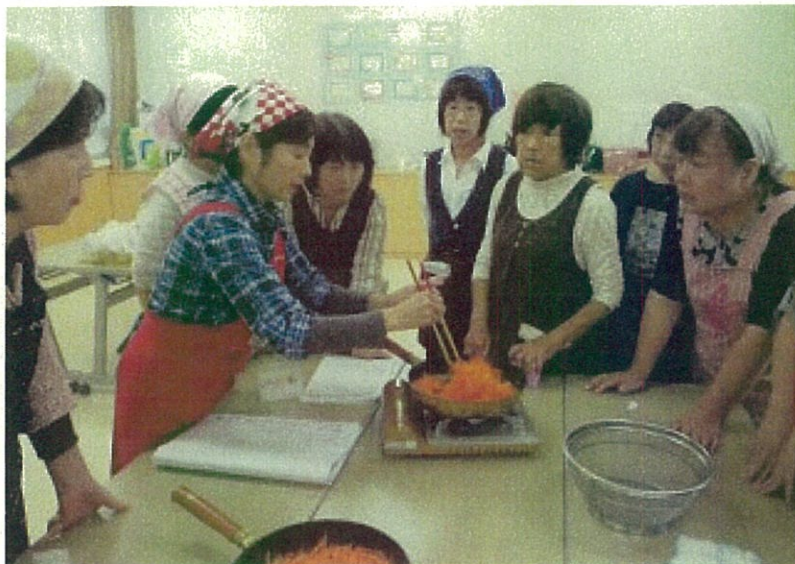
5つのグループに分かれて、生産者のお母さんがたの指導のもと調理開始！ピーマン味噌、ピーマンの肉詰め、マリネ風サラダ、ピーマンの塩麹漬け、しいたけスープをつくりました。全5品、すべておいしくできました。

♪ 参加者の声 ♪

- ・美味しいピーマンのフルコース、参加して良かったです。
- ・委員会で味噌作り挑戦してみようと思います。田尻のみなさんありがとうございました！！



J A加美よつば生産者さんによる料理教室（南光台店）



10月6日（火）南光台店エリア17人のみなさんが、J A加美よつば「めぐりぐり〜ん」生産者のみなさんによる料理教室に参加しました。

この日のメニューは、茶飯のいなりと葱ごはん、冬瓜の煮物、錦糸瓜のサラダ、冬瓜のスープ、冬瓜の味噌田楽など。

「めぐみ野」野菜をたっぷり使った料理の数々に、参加者も驚いた様子でした。

♪ 参加者の声 ♪

- ・生産者の方との交流がじっくりできた。
- ・冬瓜、ソーメンカボチャ（錦糸瓜）の使い切り料理ができてよかった。
- ・旬菜に出てくるめずらしい野菜を使っの調理実習は、いろんな食べ方がわかってよかった。



「めぐみ野」三陸産湯通し塩蔵わかめクッキング教室（高砂駅前店）



9月16日（水）高砂駅前店エリア13人のみなさんが、「めぐみ野」三陸産湯通し塩蔵わかめクッキング教室に参加しました。

「めぐみ野」三陸産湯通し塩蔵わかめを製造する、株式会社志田金の後藤弘明さんを講師にお迎えし、学習と調理を行いました。

今回後藤さんに紹介いただいたメニューは、わかめごはん、じゃがいものガレット お好み焼き風、わかめのサラダ、納豆わかめ春巻き、タコと笹かまとしょうが醤油和えなど。

わかめのさまざまなお話と、おいしいわかめ料理、楽しい交流の時間となりました。

♪ 参加者の声 ♪

- ・すべてわかめ料理で、こんなにバリエーションに富んだ料理になるんだと思いました。
- ・志田金さんの話が楽しくいろいろな情報を聞いてよかったです。
- ・今まで全然料理はしたことがなくて火を初めて使ったのでちょっと緊張したけど、うまく出来たと思います。（小学生のお子さんより）



「めぐみ野」静岡県産釜揚げしらすクッキング教室（石巻大橋店）



9月16日（水）石巻大橋店エリア20人のみなさんが、「めぐみ野」静岡県産釜揚げしらすを使った料理教室に参加しました。

講師に「めぐみ野」静岡県産釜揚げしらすの製造会社、株式会社海祥さんをお招きし、しらす漁の様子や、こだわりのポイント、鮮度の秘密などについて学習しました。その後、安全に丁寧につくられた釜揚げしらすを使い、「しらすの冷汁うどん」「カリカリしらすのサラダ」などを作りました。

♪ 参加者の声 ♪

- ・こんな食べ方があったのかと勉強になりました。
- ・楽しくおいしくできました。
- ・メニューがバランスよく、彩りもとてもよかったので、おいしくいただきました。



宮城県漁港志津川支所女性部によるクッキング教室（八木山店）



1月20日（水）みやぎ生協八木山店で、宮城県漁協志津川支所女性部のみなさんによるクッキング教室が開かれ、メンバー16人が参加しました。

志津川で水揚げされる旬の食材「タラ」が本日のテーマ。ちらし寿司、あら汁、揚げ物あんかけ、きんぴらごぼう、わかめの酢の物、かぶときゅうりの浅漬けの6品を作りました。オスとメスを持ってきてくださったので、白子やたらこまで、使えるところは全部使ったのタラづくし！さばき方も手取り足取り教わりました。また、「私たちはいつも食べてるから」と参加者に白子の天ぷらも即席で振る舞ってもらい、衣の中でとろける様子に、参加者もうっとりでした。

漁協のみなさん8人は、朝7時半頃志津川を出てきたとのこと。食材もたくさん持ってきていただき、「おいしいものを知ってほしい、食べてほしい」という思いが強く感じられました。

♪ 参加者の声 ♪

- ・ 志津川の女性部の方々のエネルギーも感じられて、とてもよかった。
- ・ きんぴらは小さい時お正月によく作ってもらったので、なつかしくいただきました。
- ・ タラの桜でんぶ、やさしいお味でとてもおいしかった。子どもにも食べさせたい。

♪ 志津川支所女性部のみなさんの声 ♪

- ・ 料理しながら、食事しながら、いろいろと交流もできて、楽しいひとときを過ごしました。また会える日を楽しみにしています。

