

新潟青年食文化 研究会だより

第2号

発行日
2010.12.20

「食育講座」開催決定！

先日行われたタレカツ試作交流会後のスタッフミーティングにて、新生活を始める人を対象に食の基本について学ぶ講座を3月および4月に開催することが決定しました。年明けより本格的に準備を進めていきます。



新潟青年食文化研究会活動(案)について

新潟青年食文化研究会では、現在次のような活動案が出ています。

- ①青年の青年による青年のための食育活動。(自らの食生活について見つめ直し学ぶ)
- ②タレカツや米粉料理など新潟ならではの食文化について調査・研究する。
- ③身近な農家の現状について知り、一市民として何ができるか考える。
- ④会員のスキルアップ講座を企画・実施する。(フィシリテーション・グラフィック講座など)

第2回 調理試作・試食交流会

オリジナルタレかつ丼 &

ふわふわ抹茶ムース

今回は、普段全く料理をしない人も含む計17名の参加で作りました。この会では講師がおらずレシピを頼りにグループ内で話し合いながら全員参加で作っていきます。「このくらい?」「入れ過ぎた...」という声飛び交っていました。「抹茶ムースは、スムーズにでき「フワフワ」していて美味しい」「抹茶が濃くていい」と大評判。表面に抹茶で絵を描き、目でも楽しい「可愛い」「商品化できる」「芸術だ」という声も。タレカツは、タレ開発部と肉部分に分かれて調理。参加者が持ち寄った隠し味をブレンドして15種類ものタレを作りました。肉部は切る、叩く、まぶす、揚げる連携プレーでほとんどん揚がり、無農薬のお米にカツをのせてタレをかけて試食...あつという間に2kgのお肉が胃袋に消えていきました。本当に美味しかったです。(H)

☆詳細はHPをチェック☆誕生日月に参加するといことがあかも!!



～新潟風たれかつ丼の作り方～

材料・・・豚ロース肉、米粉、卵、パン粉、揚げ油、塩、胡椒、醤油、砂糖、みりん、酒

1. まず、ご飯を炊く。たれを作っておく。
2. 米粉、パン粉、溶き卵をそれぞれボールに入れる。
3. 塩胡椒で味付けした肉をたたいて薄く伸ばす。
4. たたいた肉を、米粉 → 溶き卵 → パン粉 の順に衣つけする。
5. 約170℃まで加熱した揚げ油にて、衣つけた肉を揚げる。
6. 作っておいた特製だれにくぐらせて、ご飯にのせて出来上がり。

次回 イベント予定

新潟まるかじりツアー(食べ歩き)

- ◇日時 1月29日(土)10時～15時
- ◇場所 未定(新潟県内)
- ◇定員 15名 参加費500円(別途食事代)

《新規参加の申込・質問》は、下記ホームページから
もしくは下記のQRコードから
お願いします。

