

《おやじのキッチン～男女共同参画促進事業～》

地域イベントに“おやじのキッチン”は欠かせなくなりました。もう手順も慣れてきました。今年度は、野草料理や防災食にも挑み、やる気満々です。

令和7年度



お花見バーベキュー

お花見・・・と名付けたものの桜の開花もまだでしたが、たくさんの肉で、皆さんごきげん。外で食べると何で美味しいのでしょうか(笑)



野草料理

公民館近くのビオトープは野生食材の宝庫。講師とともにみんなで食材探しに出かけました。ため池にいっぱい咲いていたのは「セリ!」。これは野草の中でも代表的な野菜、お浸しや天ぷらに最高です。



防災食を作る!

災害があった時の備えは出来ていますか? 災害の多い昨今、備えは大事です。中でも重要なのが食。防災士の資格も持っている講師の方から防災食を学びました。なんとポリ袋でゆでるだけ。鍋も汚れません。



魚のさばき方

お正月も近くなると、刺身が食べたくなる。年に一度は復習しておきたい、難しい魚のさばき方を学びました。マリネや煮ぎ入、お正月に間に合うタラコのうま煮をつくり、豪華な昼食になりました。



地域行事に参加しよう

夏まつり

焼きそばはもうおやじに任せて! 今年も完売。でもみんなへとへと... 会員募集中です(*^^*)



あごころマルシェ

あいにくの雨で売れ残りを心配し、早々に特価サービスを。でも心配をよそにたくさんの人出で完売!

