

おやじのキッチン

～男女共同参画促進事業～

コロナ禍もようやく落ち着き、地域行事も再開されました。おやじさん達は地域イベントにも参加。にぎわい創出に一役買ってくれました。今年度のテーマは郷土の食。地区の食生活改善推進委員に学んだりジビエにも挑戦し、多様な活動ができました。

令和5年度



桜の下で野外料理

定番になったお花見シリーズ。今年は、思いっきり外で調理をしようとバーベキューを。オシャレにプロシエットやスティックサラダを楽しみました。



キレイに並んでいるだけでおいそー！



春の山菜をたのしむ

春は山菜のシーズン。食材求めて山へ出かけました。春の野山は食材の宝庫です。ウドやタラの芽の天ぷらに舌つづみ。よもぎ餅も臼と杵で本格的に。



新鮮なウドの天ぷらは最高でした。



轟まつり



地域行事に参加しよう

四年ぶりに開催された轟まつりは大にぎわいで、焼きそば売り場の前には人の行列が！ 早々に売り切れてしまいました。

あごころマルシェ



みたらし団子に焼きおにぎり。炭火の匂いで人を誘い込みます（笑）



発酵食品を使って～

発酵食品というと味噌・麹など和食をイメージしがちですが、なるほど、イースト菌やチーズも発酵食品。おしゃれなメニューが出来ました。



イースト菌は40度くらいに温めると、どんどん膨らみます。



体にやさしい料理 ～食生活改善推進委員が大活躍～

栄養バランスを考えた、パパッとできる男の料理。講師は地区の食生活改善推進委員のお二人。おやじさん達は手早い、とお褒めの言葉を頂きました。



メニュー：たこキムチ
ブロッコリーとしめじの炒め物
ほうれん草の白和え
かき玉汁



フレンチレストラン・シェフに学ぶ ジビエ料理

鳥獣被害対策の一環として注目を浴びている、ジビエ料理について学びました。シカ肉のキーマカレー・イノシシ肉ソテーのサラダとポトフ。どれも臭みなく滋味深いものでした。

