

デモインストラクター： 庄司万知代

報告： 木村滋子

企画名 食の教室 ～電力館～

## 「キッズキッチン」開催のご報告

<b>開催日時</b>	2009年5月17日(日) 10:30~12:30、14:00~16:00
<b>開催場所</b>	場所 東京電力 渋谷電力館
<b>メニュー</b>	鍋ごはん・じゃがいものそぼろ煮・キャベツと人参の浅漬・豆腐とわかめの味噌汁

開催内容及び様子

<内容> ①お米を知る：稲から白米までの精米過程を知る/ 茶碗1杯のお米の量を知る/ お米の研ぎ方を学ぶ  
 ②お出しをとる：昆布、煮干に触れる/ お味噌汁のだしをとる  
 ③道具に慣れる：安全な調理道具の持ち方・扱い方を学ぶ(包丁・まな板・ピーラー・はさみ等)  
 ④春が旬の野菜：旬の春キャベツ、根ミツバを使って浅漬を作る  
 <参加人数> 午前の部：14名 午後の部：11名 インストラクター：6名



----- デモの様子 -----



----- 実習の様子 -----



----- メニュー -----