

土曜授業「食育講話」

みそ汁を作ろう！

平成27年10月4日（土）

島では新鮮な魚を使った特産品が数多くあります。中でもいりこ（煮干し）は、栄養価にも優れた素晴らしい食材です。みそ汁は、毎朝の食卓に欠かせないものですが、いりこの出汁〔だし〕を使ったみそ汁はあまり食べられていないのが現状です。

地域の方でもあり、島野浦学校給食調理場の調理師 岩谷 静さん に、中学生がいりこのおいしさを再認識し、自分でみそ汁を作れるようになるための講話と調理実習をしていただきました。

自分たちで出汁から作ったみそ汁は、格別だったようです。



人数分のいりこを量っています。



いりこは〇〇〇〇いわしを使いますか？



本物はどれだ！？味比べ中



自分たちで出汁をとりました。



いりこに使われる
いわしの種類は
かたくちいわしです。

