

事業名	みて・きいて・つくって・たべる 沖縄おうちごはん 料理講座		
実施日	平成23年11月19日	関係機関 (団体)数	主催：1 協賛：16 後援：12
実施時間	10時～12時・14時～16時	関係者数	18人
会場名	中国学園大学(調理実習室)	参加者数	87人

事業の実施内容

全国平均の2倍の野菜摂取量(大城先生談)とも言われる沖縄の食から、私たちの毎日の食生活を改めて考えます。岡山産野菜で作られた沖縄料理を食体験し、地元野菜の新しい食べ方の発見や見直しにつなげてもらい、地産地消・野菜需要拡大の一助となることを目的に実施しました。また参加者は沖縄の野菜の試食も楽しみ、他県の食文化を学び、その魅力に触れる機会となりました。

●講師／

眞鍋芳江先生(中国学園大学 准教授・岡山県)・大城しま子先生(野菜ソムリエ・沖縄県)

●内容／

1 現代沖縄食の話と「島野菜」を試食体験!

(島らっきょう・ハンドマ・ニガ菜・青パパイヤ：4品)

2 岡山産野菜で作る「カンタン沖縄家庭料理」

(干両茄子のンプシー・蒜山大根のイリチー・黄ニラのジューシー：3品)

※岡山産で作る…の3品のレシピを受講者全員に配付

※蒜山大根のイリチーは中郷学園大学学生によりオリジナルレシピを作成

3 受講者全員への粗品配付 (主催・協賛より提供)

- 1) 島野菜に試食/食べたことのない野菜や食文化の違いに驚きもあり、貴重な体験を楽しんでいただきました。この講座を機会に沖縄へ行ってみたいとの声も聞かれました。
- 2) 岡山産で作る沖縄料理/いつもの食材がちょっとした工夫で沖縄風になることに感心しきりの受講者。小学生以下の参加者も9名おり、岡山産野菜が多く使われた料理に大人も子供からも「美味しい」との声が聞かれました。スタッフとして参加の中国学園大学の学生たちも、新たな学びが得られたとの感想でした。

●講座の様子



●配付チラシ

(A5サイズ：2000部)



岡山県食育推進活動の表示

実施団体：食と農デザインプロジェクト フーダ (岡山県農協印刷株式会社 制作部)

代表者：小山啓也(同 代表取締役)

●配付資料(レシピ3種 他)



(ポストカードサイズ：各100部)