



クッキング教室を開催しました

10月31日(木)今年度2回目のクッキング教室が、Foodies Hub で行われました。Foodies Hubは、天谷調理製菓専門学校がプロデュースする会員制コミュニティキッチン。おしゃれで洗練された空間で、13名の学生が参加しました。この日のメニューは、「具たくさんキンパ」と「身体にいいレンコンのポタージュ」

まずは、多田竜也先生がデモンストレーションを行いました。

多田先生は日本料理講師で、Foodies Hubでは、和食の料理教室を担当されています。この日は、マイおろし金を持参されたのですが、和歌山の職人さんが目をひとつひとつ手打ちしたもので、8万円するそうです！道具にこだわるところは、さすが職人さんです。



↑左が多田先生



レンコンのやさしいとろみとお魚を使ったキンパ



レンコンをすりおろすのはみんな初めて



レンコンに含まれるでんぷんでとろみがつきます

キンパに使用する材料は、魚のオイル付け、野菜、卵焼き。茹でたり炒めて味付けをした後、粗熱をとっておきます。ポタージュに使うレンコンは皮を剥いてすりおろします。ひき肉と干しシイタケを炒め、干しシイタケの戻し汁を加え味付けしたら、ことこと煮込みます。おろしたレンコンを入れてとろみがついたら、豆乳を加え加熱後ミキサーにかけ、なめらかにします。味を整えて出来上がり。キンパは、海苔にごま油を混ぜたご飯を敷き、具材を適量のせて巻きます。



ちょっと味見



ご飯は厚さを均一にし、真ん中に具材をおきます



具材を指で押さえ、一気に巻きます



出来上がり♪

お米とさつまいもは、あわらキャンパスで収穫した「ピカツンタ」と「紅あずま」を使用しました！



さつまいもは、ブリュレに変身

