

食創館NEWS



こんにちは！

3月号のニュースレターをお届けします。

この食の創造館ニュースレターでは、今注目の活動や、料理教室の様子、そして今後のイベントなど、盛りだくさんの内容をお届けいたします。

どうぞご一読いただき、食の創造館を皆さんと一緒に盛り上げていただければ幸いです。

発行：西条市食の創造館

〒799-1353 愛媛県西条市三津屋南2-54

0898-65-7150

食創館NEWS

Topic 01

野菜の収穫体験！破棄される野菜について学ぼう！

先日地域の子供達で野菜の収穫をしました。

収穫の楽しさや大変さを体験して子供たちはとても楽しそうでした。

美味しい旬の野菜ですが、実は破棄されることも多いのです！！

食の創造館では、規格外や破棄される部分をらいえいファームさんのご協力のもと安い値段で無人販売しています。

つかみどりなど楽しい企画も沢山です。

ぜひみにきてください。



食の創造館に入ってすぐのところに
無人野菜置いています！



子どもたちは初めての収穫体験！
らいえいさんに教えてもらって上手に
収穫できました！



廃棄される部分のネギですが、
味はとても美味しいので、10円でつかみ
どり！人気です！



選別するところも見せていただきました！



らいえいファーム
代表 豊田 聡一さん

子ども達が農業、野菜に触れて身近な
ものになれば嬉しいです！規格外や形が
不揃いなだけで廃棄になってしまう野菜
を少しでも減らそうと思いつかみ取り
など安く届けられたらと思います。

Topic 02

地域資源の活用とサステイナブルな食を考える アフタヌーンティー体験

ザ・キャピトルホテル東急の総料理長 曾我部 俊典シェフと
欧風レストランSHINOHARA オーナ 篠原 申明シェフが講師でした。
学生の皆さんと愛媛県の食材について学び、調理実習や会食をしました。



SYOKUSOU COOKING

Topic 03

旬の野菜を使った料理教室

旬の野菜を使って色々な料理教室を毎月開催しています。



5月みっちゃんの料理教室



7月3歳からの食育レッスン



9月イタリア旅行気分♪秋香るリッツォットを
イタリア人シェフと作ろう！



10月秋の味覚を楽しもう！



12月オリジナルの
クリスマスケーキを作ろう！



12月クリスマスの
おもてなし料理を作ろう！



1月お家で簡単！
旬の野菜の創作料理



レシピ

レシピ提供：溝口 純子氏

パンツェロッティ（イタリア発祥の揚げパン）

材料【6ヶ分】



※写真はイメージです

①	強力粉	200g
	薄力粉	60g
	はったい粉	40g
	塩	7g
	ドライイースト	2g
	水	250cc
	酢	5cc

【ブロッコリークリーム】

②	ブロッコリー	小1ヶ
	牛乳	300cc
	薄力粉	30g
	サラダ油	30g
	とろけるチーズ	お好みの量

【作り方】

- ①. ①の材料を合わせ、粉っぽさがなくなったら、台に出して、生地を折るようにしながら10分程捏ねる。グルテンが出てきたら酢を加え再度捏ね生地になじませる。
30～40℃の温かい所で1.5～2倍になるまで一次発酵する。
- ②. ガス抜きをして6等分にし手や麺棒で平らに丸くする。
- ③. ブロッコリークリームと、とろけるチーズを適量のせて餃子のように生地を具にかぶせてしっかり閉じる。
- ④. 170℃できれいなきつね色になるまで揚げる。

【ブロッコリークリーム】

- ①ブロッコリーをゆでて細かく刻む。
- ②ホワイトソースを作る。
牛乳を温め薄力粉とサラダ油を合わせたものに加えひと煮立ちさせる。
- ③①のブロッコリーを加える。

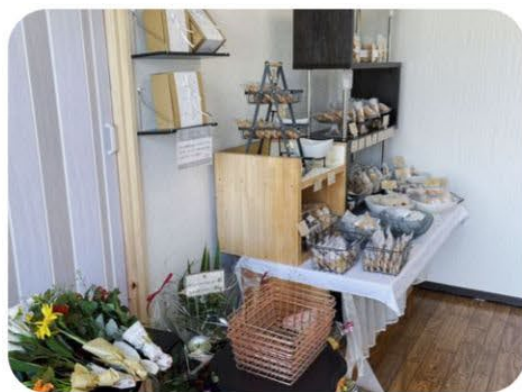
食の創造館の裏にはレモンの木があります！

この頃は緑色のレモンでしたが、
たくさんの実ができました。
料理教室などで使っていただきました。



近隣の新店舗さん OKOME sweets n2

11月2日に移転オープンしたOKOME sweets n2さん。
こだわりの食材を使った米粉のスイーツがたくさん！！



西条市食の創造館

開館時間/9:00~17:00

休館日/日曜日・月曜日



HP



Instagram



Facebook



LINE

