

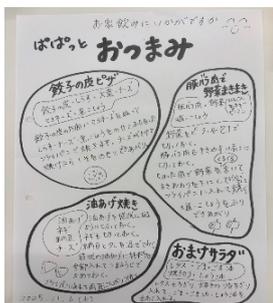
男性のためのかりゆし講座 第1回 料理～おつまみづくり～ (2025/11/6)

生涯学習講座では初の試み「男性のためのかりゆし講座」・3講座(全4回)を11月から開講しました。講座第1回は「おつまみづくり」です。講師には公民館講座から料理講座では大変お世話になっている「café Beans」のシェフ古波津泉さんです。



古波津泉さん

今回男性のための講座ということで、受講生には手の込んだ料理というよりも冷蔵庫にあるものでぱぱっと作れる、そして酒のつまみにもなる料理に挑戦して頂きました。メニューは「餃子の皮のピザ」「豚バラ肉で野菜まきまき」「油あげ焼き」の3品です。毎回講座の度に泉さんの「手書きの調理方法とメニュー表」を用意していただきますが、とても丁寧でわかりやすく泉さんらしさがあふれています。



餃子のかわピザ



豚バラ肉で野菜まき



油あげ焼き

手書きメニュー

今回はフライパン一つでできる料理というメニューで、順番も大事ということでした。最初に「餃子の皮のピザ」は油もいらず蒸し焼き風！2番目の調理は「豚バラで野菜まきまき」、豚バラから出た油を使って「油あげ焼き」を調理と一度もフライパンを洗うことなく料理ができました。調味料も塩、コショウのみ！素材の味を楽しむ美味しいおつまみでした。料理はほぼやらないという方も数名いらっしゃいましたが興味はあるという方ばかりでした。ネギのみじん切りも個性あり、ニンジンピーラーで薄く長くむくは若干苦戦！油揚げを袋状に開くコツや、豚バラ肉で野菜を巻き焼くときは巻き終わりを下にするとバラバラにならない等、講師の説明を集中して聞いていました。



出来上がり！

3品を一気に調理し、お皿に盛り付け全員で会食です。家族にお土産と持ち帰りもあり。ご家族の感想はいかがでしたでしょうか？ぜひ家でも作っていただきたいものです。



みんなで会食楽しく！



出来上がりを前に集合！