

地産地消の料理教室

地産地消を進める会

谷口 篤子

其田知佳子



由利本荘市会場

「この味！これだけは伝えたい！」

1回目：基本的なだしのとり方

2回目：赤飯のふかし方

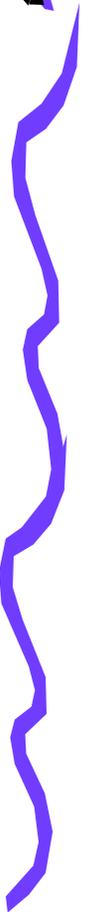
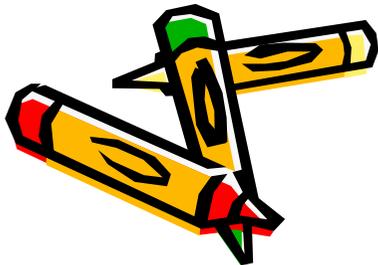
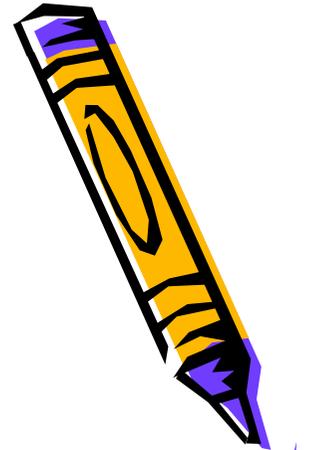
秋田市会場

「あつあつ！かくれた秋田の鍋自慢」

1回目：山の芋汁(仙北市西木)

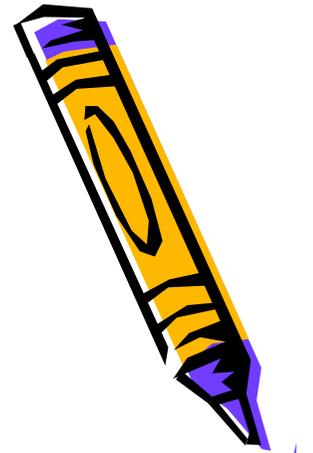
2回目：あんぷら餅(男鹿市若美)

3回目：呉汁(井川町)



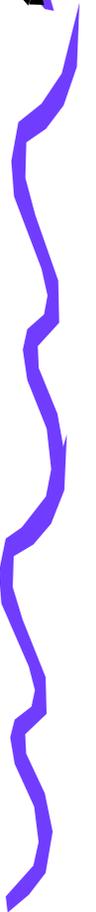
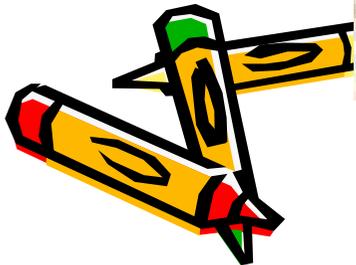
由利本荘市会場 第1回

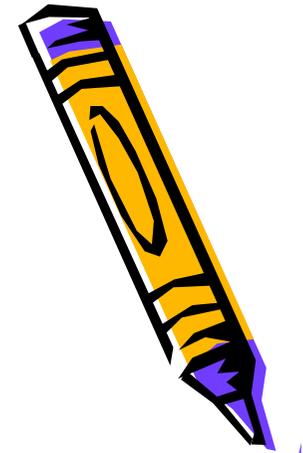
次の世代に、これだけは伝えたい！
第1回「だしのとり方」



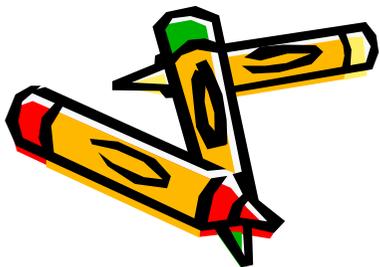
昆布と
削りぶし
(あじ+さば)

昆布と
花かつお





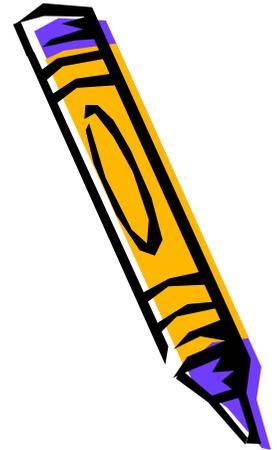
できあがり

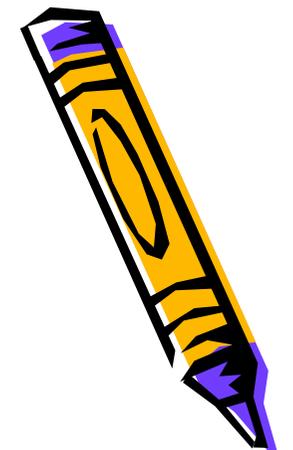


由利本荘市会場 第2回 赤飯のふかし方ほか



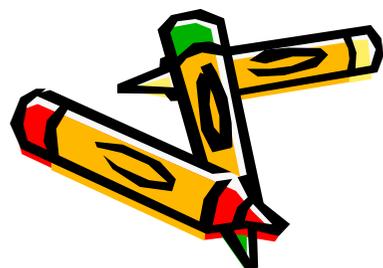
「もち米」を
「てんこ小豆」の煮汁に
一晩、浸した状態。
これから、
蒸しあげます。



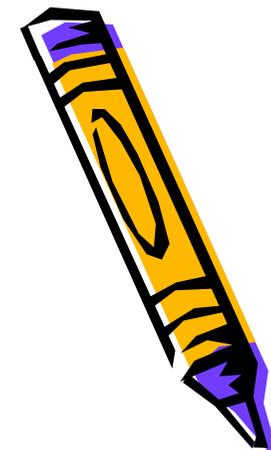


できあがり

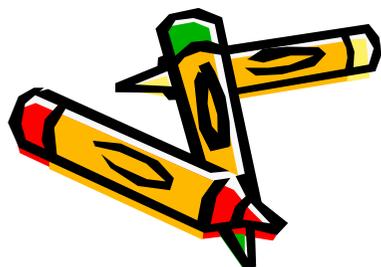
赤飯・茶碗蒸し・たたきごぼう・かぶら蒸し



秋田市会場 第1回
あつあつ！かくれた秋田の鍋自慢
「山の芋汁・炊き込み栗ご飯」

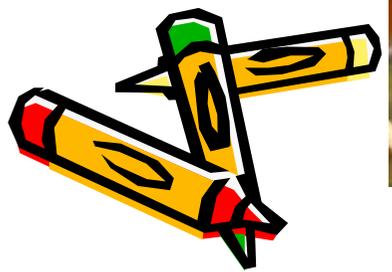
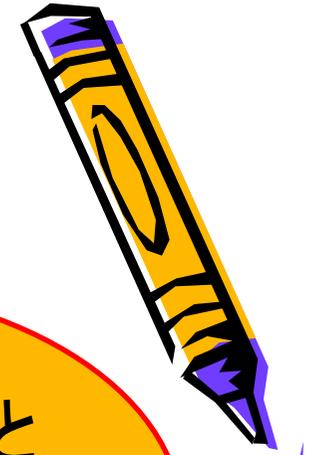


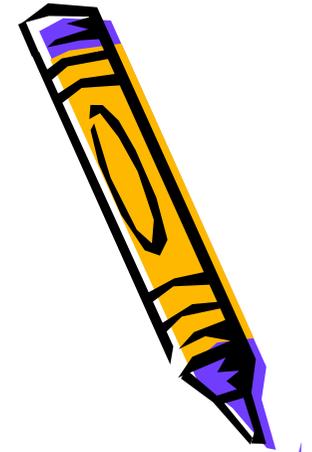
新鮮な食材





丁寧に「する」と
なめらかな山の芋鍋に
なります。

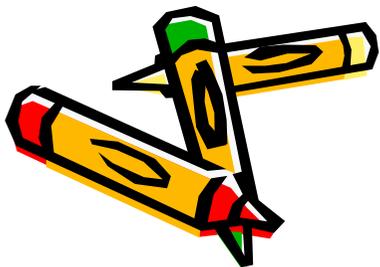




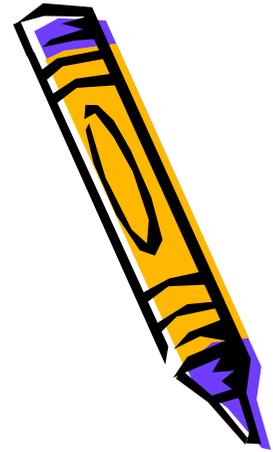
できあがり

山の芋鍋・炊き込み栗ご飯

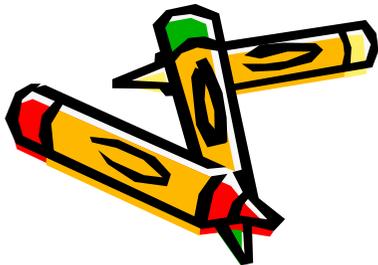
朝採り春菊のサラダ・つけもの各種



秋田市会場 第2回 「あんぷら餅・むぎ巻き」



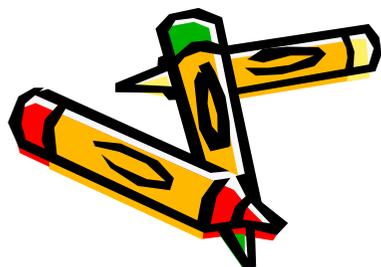
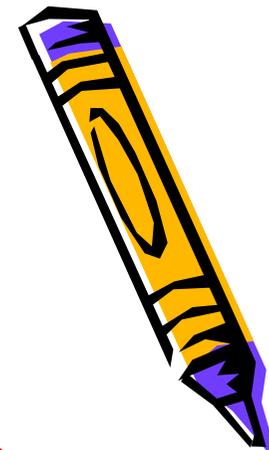
出来たてが「おいしい」
あんぷら餅



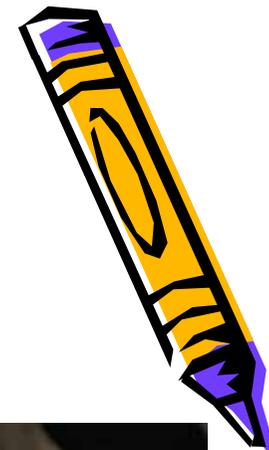
和の「バウムクーヘン」
むぎ巻き



盛りだくさんの
手作りガッコ



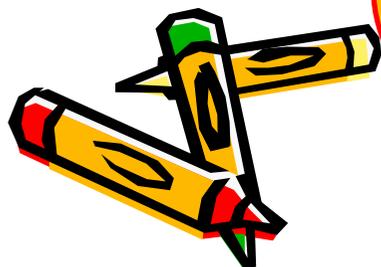
秋田市会場 第3回 「呉汁・五目おこわ」



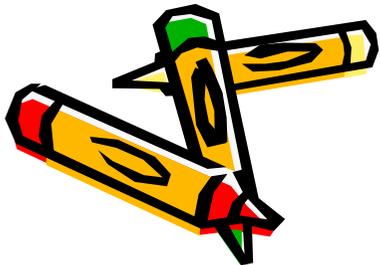
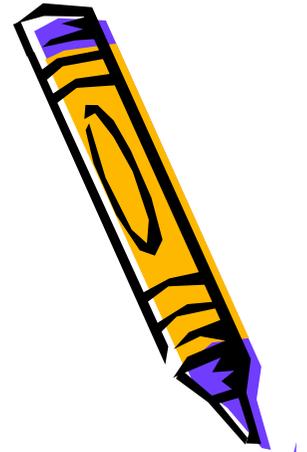
ふんわりと
「豆汁」を
浮かべる



新米の「もち米」の
炊ける香りは
笑顔になります



できあがり
呉汁(豆汁)・五目おこわ
蕎麦まんじゅう・蕎麦もち
なた漬け



食材リスト（例）



安田一政さん(男鹿市)

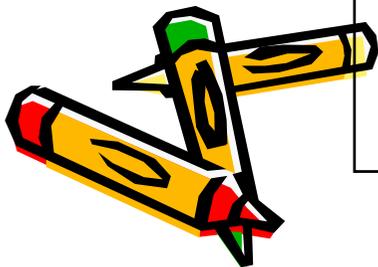
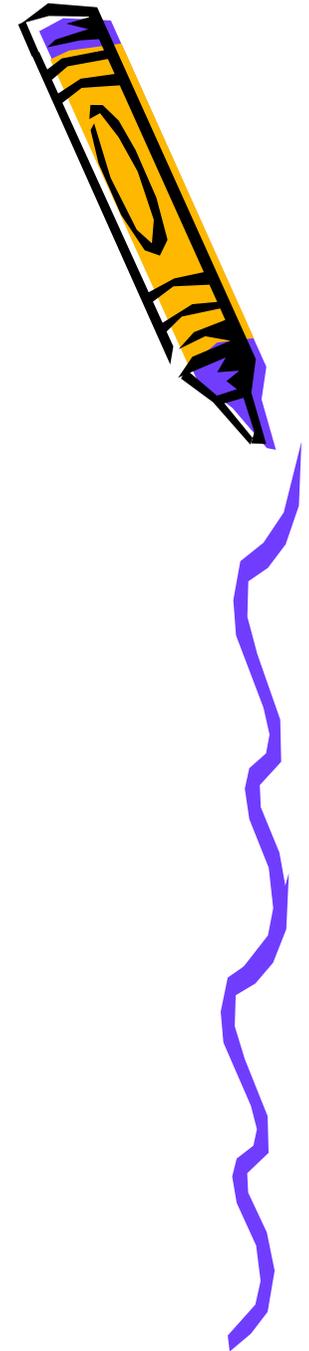
男鹿市（旧若美町）で有機農業を営む安田さん。
ホウレン草をはじめ、無農薬野菜のおいしさ
には定評があります。今日はタマネギなど野菜を
お願いしました。

佐々木彰さん・幸子さん(大仙市)

大仙市（旧大曲市）の専業農家の佐々木さんご夫
妻はアイガモ農法の有機米をはじめ各種野菜
果物、加工食品、お総菜、お弁当まで自分たちで
作るスーパー農家。今日はナス、トマトなどの
野菜とお米をお願いしました。

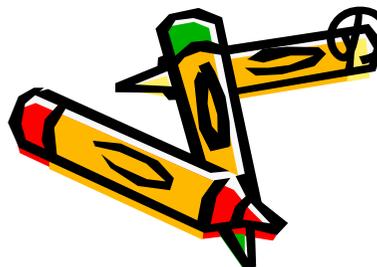
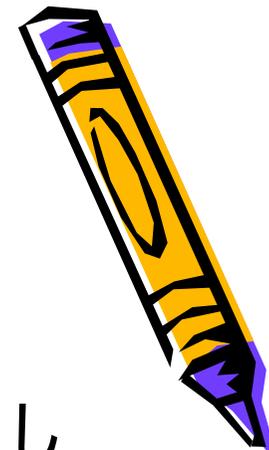
戸澤藤彦さん(大潟村)

大潟村の農家で、かつ有限会社「花咲農園」の社
長を務める戸澤さん。お米と各種野菜を生産
しています。今日は無農薬のニンニクをお願いし
ました。

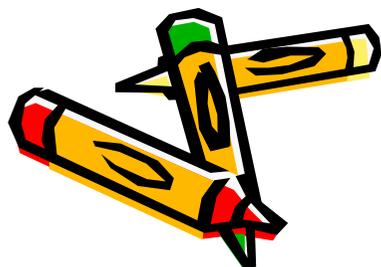


「地産地消の料理教室」 期待される効果

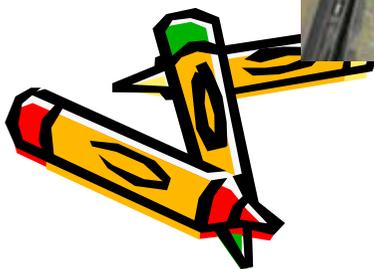
1. 食文化の継承者・食材や料理を掘り起こし、
2. 住民の食生活に郷土料理を復活させ、
3. 埋もれた地域食材に新たな需要を与え、
4. 地元の生産者に収入源を与える事によってやる気を出してもらい、消費者が本物の地元
の食材を購入できる。



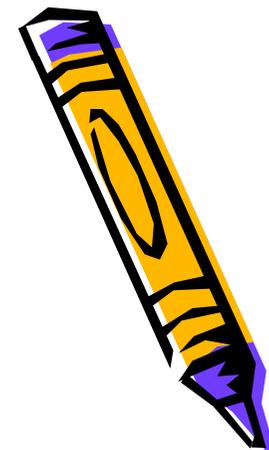
わきあいあい！のみなさん



お世話になった講師の方々



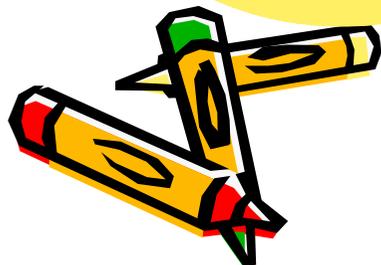
私たち
(地産地消を進める会)



広がるつながり

講師
(生産者)

受講者
(消費者)



～ 終わり ～

