

「食欲の秋。ウサヒの弟子、男の料理を学ぶ」

「食欲の秋。ウサヒの弟子、男の料理を学ぶ」

前々回「紅葉まっ盛り、空気神社のその先へ (Vo.1)

前回「紅葉まっ盛り、空気神社のその先へ (Vo.2) の続きのようなお話です。

前回の健康福祉課ウォーキング (上記) で仲良くなった方に誘われ、ウサヒの弟子は

健康福祉課主催、「男の料理教室」のドア (役場開発センター2 階) を叩きました。



これが噂の「男の料理教室」・・・どんな雰囲気なのでしょうか・・・

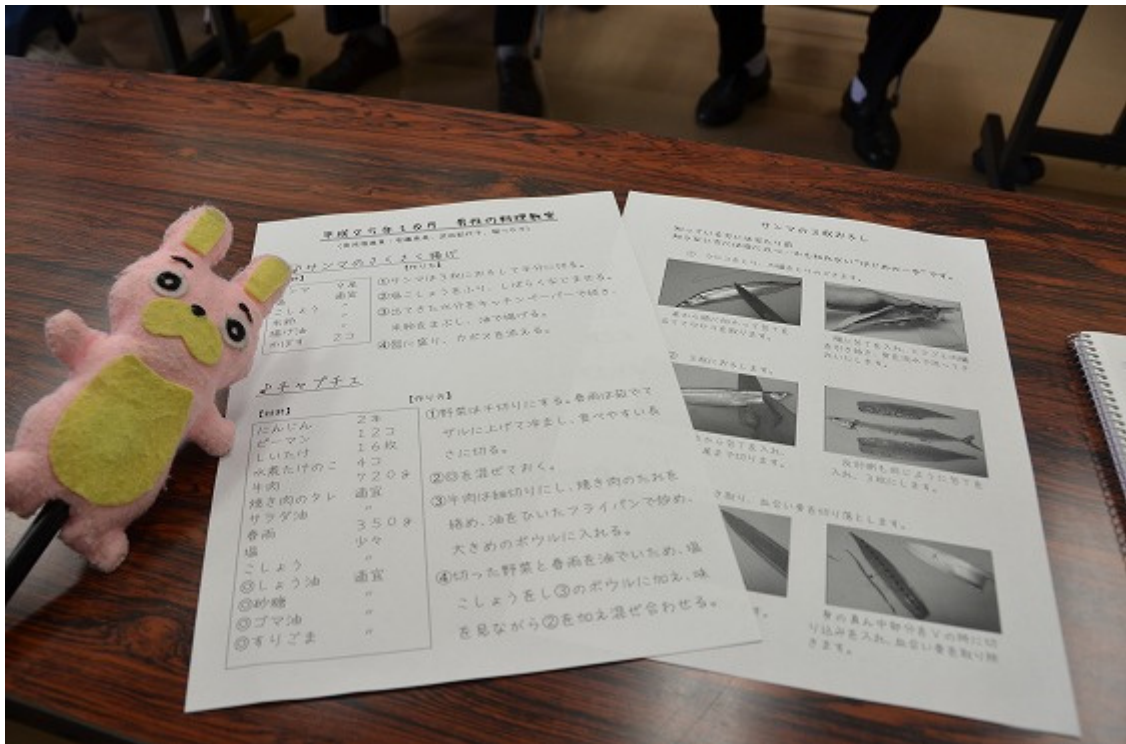
(今年既に5回目だそう。平成18年頃から始まった事業です。)



男性参加者 7 名、料理を教えてくれる食生活改善推進員 3 名、健康福祉課 1 名

少し固い空気の中、自己紹介から教室がスタートしました。

男の料理教室は材料費 300 円で参加できます。材料ヒグチ(スーパー)で購入。



本日のメニューはこちら。

「妻が入院し、食生活が偏り大変だった。自分でも作れるようにと参加した。」

という初めての方や

「料理が好きで、教室に通うようになって3年目、夕食のおかずは作っている。」

というベテランまで様々な男性が参加されていました。



サンマの三枚下ろしを食生活改善推進員に教わる男性達。

ウサヒの弟子 「…いきなり高度な料理では？(皆さん出来るのか…?)」

()内はココロの声です。



しかし予想に反して(?)

弟子 「皆さんとてもお上手・・・さては家で練習してきましたね！」

参加者 「いや、初めてだよ！意外と簡単にできるじゃないか！」



三枚おろしの出来を自慢しあう参加者

参加者「初めてとは思えない出来だな。板前みたいだ。」

弟子「男は黙って三枚下ろし！みたいな教室かと思いきや和やか…」

サンマを3枚に下ろしたら、塩コショウをなじませて、次の料理「チャプチェ」を作ります。

この教室では…



参加者 「どうやればいいのか分かりません！」

と手を挙げると



食生活改善推進員の方が手とり足とり教えてくれます。

食生活改善推進員 「人参は重ねてみじん切りにすると切りやすいですよ。」



参加多数のベテラン(右)からもアドバイスが入ります。

参加者(ベテラン)「肉はもう引き上げるから火を弱めに」

参加者(新人)「おー火加減の分かる男・・・」



難関の味付け レシピには「醤油 適切」「砂糖 適切」「ゴマ油 適切」の文字

参加者(新人)「適切って…?(どれくらい入れたらいいんだ?)」

食生活改善推進員「少しずつ入れて、味見しながら調整すればいいのよ。」

参加者(新人)「甘い…ような…味見すればするほど分からなくなっていく…」



困ったのでベテラン参加者にも声をかける。

参加者(ベテラン) 「もう少し醤油いれた方がいいよ。」

食生活改善推進員 「あと、すりごまも入れてね。」

参加者(新人) 「すりごまはどれぐらいかな・・・(レシピ見て)また適切・・・」

調味料が細かく指定された料理本もありますので不安な方はそちらを参照下さい。



一方の男性達は米粉をまぶしたサンマを揚げていきます。

弟子 「小麦粉じゃなく、米粉なんですね。米粉で揚げ物初めてです！」

食生活改善推進員 「米粉の方がサクサクあげられるのよ。」



健康福祉課 「米粉で揚げ物！是非一度、お試しください。」

男の料理教室は健康福祉課の(美人)栄養士・保健師が盛り上げています。



デザートも男性達で作ります！

弟子 「リンゴをうさぎの耳作って切るの難しいですか？」

参加者 「ウサビ(弟子)が見守ってるからか、簡単に出来たよ。」



並ぶと壮観！盛り付けへのこだわりが光ります！



男性達はサンマの骨も下味をつけフライに。

参加者「健康福祉課さんも味見どうぞ。骨のある人間になるぞ。」

健康福祉課「香ばしくて美味しい！皆さん料理お上手ですね。」

参加者「魚の骨のフライは酒のつまみに最高なんだ！酒も買ってくるか！」

健康福祉課「…(お酒はダメ…)それはおうちでお願いしますね。」

そしてサンマを揚げ終われば完成です！



男性達渾身のサンマ揚げとチャプチェ

参加者(新人)「美味しい！サンマもサクサクだし、チャプチェも美味しい。」

参加者(ベテラン)「…」

参加者(新人)「ベテランはやっぱり違うな…黙々と食べてる。」

参加者(ベテラン)「この野菜は誰が切ったのかなとか考えながら食べてたんだ。」



左の二人は参加2年以上のベテラン。確かになんだか風格がある。



食事が終わると男性達は即座に片づけを開始

食事づくりから片付けまでテキパキと行っていました。

参加者から

「楽しかった。次回はあっぷるニュー豚を調理してみたい！」

「レパートリーが増えた。次は寒ブリの調理に挑戦したい！」

と料理に対してかなり前向きな意見が出た男の料理教室。

この教室に参加して教わった事を家で実践する男性も多いそうです。

料理が苦手な方は丁寧に基礎から教えて貰える

得意な方は、料理の腕をふるう事が出来る男の料理教室。

是非一度、参加されてみてはいかがでしょうか。

このイベント興味がある方は(男性じゃなくても参加可能かも含め)

役場健康福祉課(67 - 2116)へお問い合わせください。

ウサビの今後のイベント出演日程

・ウサビイオンモールでお買い物？

11月9日(土曜日)

イオンモール山形南:午後1時～午後3時

県内のキャラクターが集まり、ステージ上で自己紹介やPRをします。

お楽しみに！

