

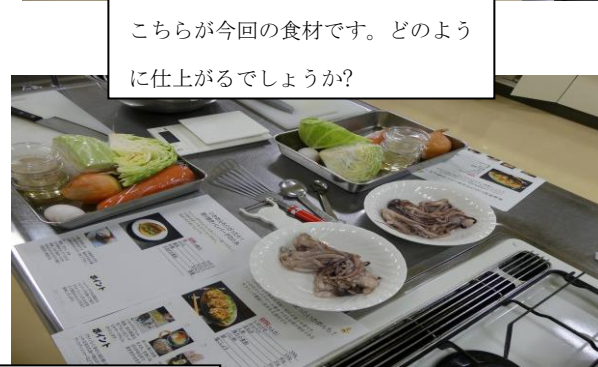
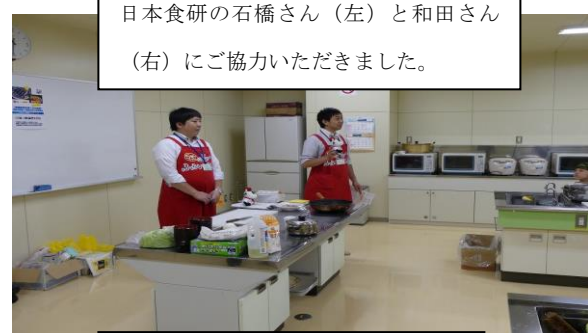
2016 年 7 月 28 日

組合員活動報告 NO 9

「親子料理教室」

組合員サービス課
澁谷 賢 司

2016 年 7 月 27 日（水）に、沖館市民センター調理実習室におきまして、日本食研さんにご協力いただき「親子料理教室」を開催いたしました。今回は、7 組 14 名の親子に参加いただきました。また、組合員サービス課の太田さんが体験参加いたしました。作成メニューは、青森県産いかげそを使ったいかメンチです!!



慎重に包丁を使って、イカのげそを刻みます!!



いかげそを刻んだキャベツと玉ねぎ、ニンジン、卵、薄力粉、パン粉と混ぜ合せ小判形に成型しフライパンで揚げ焼きします。そして、特製テリヤキソースも作成し、パンに挟んでハンバーガーにしました!!



完成です!!子供達の笑顔が素敵ですね!
次回も、料理教室を計画したいと思います。次回は、秋のキノコ料理かな?
鍋料理もいいですね。