



おさかな料理教室のお知らせ 【5月開催分】



子どもに魚を食べさせたい！ 魚をさばきたい！ でも、魚料理って面倒くさいし難しい…なんて思いませんか？
そんな、「魚料理に興味はあるけど…」という市民の皆さんに向け、地元で獲れる魚を使った料理教室を開催します。
調理のコツを学んで、得意料理に美味しい魚料理を増やしてください♪



コースの紹介

※ 調理したものはお持ち帰りになります。(容器をご用意いたします)

※ 各コース、お子さま(2ヶ月～)と一緒に参加できます。なお、託児場所は設けておりませんのであらかじめご了承ください。

| | | | |
|----------|-------------|-------------|--|
| 離乳食コース | 10:30~11:30 | 参加料 無料 | デモンストレーション型(見学+試食)で6ヶ月~1歳6ヶ月頃の乳児向けの魚料理を作ります。 |
| 親子参加コース | 10:00~13:00 | 参加料 1,000円 | 親子と一緒に魚を使った調理を行います。※定員は家族6組(1組4人まで) |
| さばき上達コース | 10:30~13:00 | 参加料 1,000円 | 3枚おろしなどのさばき方を習得します。※調理は行いません |
| 伝承料理コース | 10:30~13:00 | 参加料 1,000円 | 甘えびやメギス、サザエなどを使った伝承調理を行います。 |
| 3枚おろしコース | 10:30~13:00 | 参加料 1,000円 | 中型魚(サバ・フクラギなど)を使い、3枚おろしを含む調理を行います。 |
| 特別コース | 10:30~13:00 | 参加料: 1,000円 | ※内容は使用する魚により都度変更となります。下記教室案内を確認ください。 |

教室の案内 (5月の開催日)

| コース | 定員 | 開催日 | 場 所 | 申込期間 | 内 容 |
|------|----|----------|---------------|------------|----------------------|
| 伝承料理 | 6人 | 5月14日(木) | 春江中コミュニティセンター | 5月6日(水)まで | メギスの塩炒り、小鯛の笹漬けなど |
| 親子参加 | 6組 | 5月24日(日) | 春江中コミュニティセンター | 5月14日(木)まで | イカとわかめのチヂミ、甘えびの春巻きなど |

※ 各コース、天気(出漁状況)の関係で使用する魚を変更する場合があります。ご了承ください。

時間・参加料 上記、コース紹介を参照ください。(参加料は当日集めます)

対 象 者 坂井市にお住まいの方

持 ち 物 マスク、エプロン、三角巾、手拭き用タオル、筆記用具、保冷バック

※離乳食コースの場合は、上記持ち物は不要です。お子さまと一緒に参加される場合、
託児場所は設けておりませんので、必要に応じて抱っこ紐等をお持ちください。

申 込 申込期間内に、右の専用申込フォームよりお申込みください。(申込多数の場合は抽選です)

問合せ先 坂井市産業政策部 林業水産振興課 TEL: 0776-50-3154 (平日 8時30分~17時15分)



▲専用申込フォームはこちら



講師紹介 武井 ちひろ さん

坂井市三国町在住。管理栄養士の資格を持ち、令和元年度から魚食を次の世代に伝えたいと、地魚を使った料理教室を個人で主催。
令和2年3月から、市認定の魚食アドバイザーとしても、魚食普及活動に取り組んでいます。