



From Kitchen

SakuraCafe×From Kitchen プロジェクト

ぐるなび様協賛

カナダの Café メニュー

2012.12.8.9 11:00 ~ 13:30
パズル奥沢

料理教室 実施報告書



イベント概要

目的

カナダで子育てしながらカフェを経営しているママから、美味しく手早く栄養たっぷりの料理を学び、料理教室に参加することにより家族や誰かのために料理を作るという楽しさを知ってもらおう。

日時

平成 24 年 12 月 8 日 (土) 9 日 (日)
11 時～ 14 時

場所

レンタルスペース「パズル奥沢」
東急目黒線「奥沢」駅

参加人数

8 日 8 名 見学 3 名
9 日 7 名 見学 4 名

講師・アシスタント名

講師：城光寺直子 SakuraCafe@カナダ 経営、料理家
アシスタント：8 日 村尾真理子 料理家
アシスタント：9 日 福島利香 (株)オリーブ&オリーブ

料理教室の運営形態

デモンストレーション形式で調理実演はなし。
参加者に試作を提供。

メニュー、内容

イエロースピリットビースープ

カナダではスープはメインディッシュです。イエロースピリッツ豆は黄色いエンドウ豆を皮をのぞいてふたつに割ったもの。骨付きの燻製肉を出汁に使い、沢山の野菜と共にゆっくり煮ます。「食べる」スープです。

スシロール

北アメリカではスシロールはとてもポピュラー。日本の



巻きずしとは少し違います。のりが内側でごはんが外側になります。今回はサンドライトマトときゅうり、クリームチーズを具にしました。

ローストチキンのグレービーソースがけ&マッシュポテト
クリスマスの定番チキンをお料理教室用にアレンジしました。野菜をひいた天板に鶏モモ肉をのせオーブンで焼きます。ソースはチキンと一緒に焼いた野菜を裏ごししてつくりま す。山高に盛ったマッシュポテトの上をへこませてグレービーソースを注ぎます。

マフィン

とてもシンプルで簡単に出来上がる北アメリカのママの味です。秤を使わず計量カップで作ります。粉のボウルと液体のボウルを用意すれば後は混ぜて焼くだけで出来上がります。

感想、まとめ

Aさん

今日はありがとうございました、とっても楽しかったし参加して本当によかったです。

来年カフェを開店する予定なのですが、時間をかけず、冷凍でストックしても美味しい料理を提供することを考えながらメニュー開発をしていたので今日のお料理はとても参考になりました～。

私は8歳と今年生まれた2人の息子がいます。上の子が小さい時は2人の生活でした、仕事をしながらの子育ては大変でした。でも私もずっと一緒にいることが出来ない分、出来るだけご飯は作っていました。なので食が絆をつないでいるという話はそうだなあ～と思いました。

Bさん

私も人呼ぶのが好きなので今日のようなメニューは直ぐ作りたくなります。今日のお豆はヒット！寿司ロールも、コツを教えていただきありがとうございました。

その国の美味しいものに会えると幸せですね。これからも交流よろしく願い申し上げます。

Cさん

美味しいレシピをいろいろ教えていただき、ありがとうございました。

カナダからの珍しいワインやコーヒーもいただき、とても美味しかったです。ブログで拝見してたお人柄そのままの優しい方だったので、きっとカフェでも人気なんだろうな～としみじみしていました。

これからも楽しく読ませていただきますね。



考察

参加者はフードコーディネーター、働く主婦、子育て中の主婦、男性、カフェ開業予定者といったさまざまな方が集まりました。今回は調理環境との兼ね合いでデモンストレーション形式、対面料理教室ではありましたが、参加者の皆さんは師範台に集まり熱心に講師の動きを見ていました。

実演の料理だけではなくカナダの「食」事情や暮らしにも話しが及び、参加者と対話しながら進めるユニークな料理教室になりました。

後日、参加者よりfacebookで早速作ったとの報告があり、各家庭のアレンジが入った、まさに「自分の家の味」を作っていました。

今後の活動としてはさまざまな「食」の専門分野の方達と掛け算で料理教室、料理イベントを開催していきます。

協賛

この活動は、ぐるなびさんの支援を得て実施いたしました。

