

冬休みが始まったばかりの12月23日(土・祝)、国際交流・子育て支援を行う「子どもの笑顔ザ・ビッグキッズプロジェクト」郡山ブランチ(代表〓鷺谷恭子)が主催し福島県養鶏協会(会長〓三品清重(株)アグリテクノ社長)の協力による『ファミリー卵料理教室』が、郡山市青少年勤労ホームにおいて開催され、幼児から小学生までのお子様とその保護者16組38名の家族が楽しい時間を過ごしました。

オープニングセレモニーで、三品会長は、最近のニュースを取り上げながら、「私たちの身近な食材である卵が『完全栄養食品』であること」や、「卵をたくさん食べてもコレステロール値が上がることはないこと」などをわかりやすく紹介、参加者の皆さんは興味深い様子で耳を傾けていました。

今回の講師は、メディアやイベントで活躍している福島県出身の料理家本田よう一さんと、オーストラリア在住でパース福島県人会会長のストックトン亜紀子さん。まずはじめは、ストックトン亜紀子さんによる『さくさくビスケット』作り。卵を加えた風味の良い生地を思い思いに成形したら、オーストラリアの子どもたちが大好きだというお菓子「ポップンダグキャンディ」「チョコチップ

プ」をトッピング。焼き上げを待つ天板には、クリスマスツリーや雪だるまなどが並びました。そのお手伝いを積極的に頑張ってくれたのが、亜紀子さんの夫であるオーストラリア人のジョンさんと、双子のアネラちゃんとキラちゃん。日本語と簡単な英語を交えて参加者の皆さんと笑顔で交流し、今回の料理教室をより楽しく、印象深いものにしてくれました。

その後、講師のバトンは本田よう一さんへ。「新鮮で美味しい卵はどうやって見分けたら良いかな？」本田さんは、実際に生卵を皿の上に割り落とすと、卵黄が丸く盛り上がり、その周りを濃厚卵白が囲んだ新鮮な卵の特徴を紹介。ほかにも食育や家庭料理のヒントなど、身近な話題を取り上げながらの楽しい実演となりました。

続いては実習。自分の食べられる大きさを考えながら肉だねを成形し、ゆで卵をザルで濾してミモザに、目玉焼きを好みの硬さに焼き上げて…。調理しながら、並行してお片付けも進めます。子どもたちがすすんでお皿洗いをする姿を、少し不安そうに見つめるお母さん達の表情が印象的でした。改行

『煮込みハンバーグ目玉焼きのせ』と『ゆでたまごのサラダ』が完成したら『コー

ンかき玉スープ』とパンを添えて「いただきます！」

「とっても美味しい!」「サラダの卵、きれい!」初めて出会った親子同士も楽しい会話で華やいている頃、調理室には、こんがりと美味しそうに焼きあがったビスケットの幸せな甘い香りが漂います。

二人の娘さんと参加された石井美知子さんは、「楽しい時間でした。テレビ等を通じて『卵をたくさん食べても良い』ことは知っていましたが、その根拠など深い話を伺えて勉強になりました。お土産で頂いた卵も家族で美味しくいただきます。」と笑顔でお話されていました。

今年度で3回目の開催となった『ファミリー卵料理教室』は、福島県産卵の美味しさとお料理の多彩な魅力、そして、家族で料理する楽しさを満喫できる素晴らしい機会となりました。