





# 食に関する指導 実技・理論 研修会 終了報告

テーマ	学校給食の献立づくりに役立つ食材の活用	
日時	令和 5 年 7 月 13 日(木)	
会場	(有)星澤クッキングスタジオ	
講師	(有)星澤フードサービス チーフマネージャー 星澤 雅也氏	
参加者	約 18 名	
研修会 の 様子		<p>レシピはみなさんに楽しんでほしいということで自分がやりたいレシピ(食卓旅行～タイ料理)を教えてもらいました。自分で考えるレシピは、目先を変えるのは大変。自分も家族も料理を楽しむことがレシピづくりに役立つのではないかとレシピづくりについて学ぶことができました。</p>
		<p>料理のこだわりは料理酒。揚げ物は油がすべて体に取り込まれるので、品質のよい油を使用する。料理研究家だから、調味料にこだわる。今回のレシピは食べて遊んでほしいと思い、地元食材を使って、社会にも貢献しつつ、目先をかえるきっかけになればとパンチのある料理や子供たちの体のためにはもちろん、心にも届く食事の提供についても学ぶことができました。</p>
		<p>研修当日のメニュー</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉のタイ風炊き込みご飯</li> <li>・豆とくるみの手巻きサラダ</li> <li>・小松菜としめじの魚醤炒め</li> <li>・生春巻き</li> <li>・スイカの寒天寄せ</li> </ul>
		<p>今回の研修では、調味料や食感を楽しむ食材の活用、料理の幅、様々な視点や向き合い方等、仕事と私生活の両面に生きる実りのある研修を行うことができました。</p>