

オクラの収穫体験と料理教室 を開催しました。

「福岡市農畜産物消費拡大推進協議会」では、市民の農業への理解促進を図るとともに、「食」の大切さを見直し、食育を推進するため、親子を対象とした生産者との交流や料理教室等を実施しています。今回、オクラの収穫体験と料理教室を開催しましたので報告します。

- 1 日時 令和元年8月3日(土) 9時15分～14時45分
- 2 場所 産地見学 ナスのほ場(福岡市早良区小田部)
収穫体験 オクラのほ場(福岡市西区福重)
料理教室 JA福岡市旬菜キッチン(福岡市西区福重1丁目16番6号)
- 3 参加者 10組21名(小学3～6年生とその保護者(市内に住むか通勤する))

ナスのほ場見学とオクラの収穫体験

今回は、生産者の毛利さんにナスのほ場見学とオクラの収穫体験にご協力いただきました。

まず、ナスのほ場へ。大きさも形も色も異なる様々なナスが栽培されていて、参加者から「初めて見た」との声も。どのナスもつやつやしていました！



生産者の毛利さん

ナスのほ場

次はオクラ畑で収穫体験。

子どもたちは、自分の背丈よりも高い位置にあるオクラを、先端が柔らかいものを慎重に選びながら収穫していました。

先端が柔らかさをチェック！



オクラの花もきれい



オクラ

料理教室

料理教室では、JA福岡市旬菜キッチンインストラクターの田中先生を講師に迎え、収穫したてのオクラなど夏野菜をたっぷり使った米粉のピザ、市内産のスイカとイチジクを使ったゼリーを調理・試食しました。

ピザは、市内産の米粉を使ったとてももちもちの生地。フライパンで手軽に作れるため「家でも作ってみたい」と大変好評でした。



上手にピザが焼けるかな？

上はトマトソースのピザ
下は玉ねぎソースのピザ



スイカとイチジクのゼリー↓

←フライパンで旬素材の米粉ピザ