

本渡北地区「シルバー料理教室」報告（2022・6・16）

本渡北地区で「今釜シルバー料理教室」を開催しました。

日 時：2022年6月16日（木） 午前中

場 所：本渡北コミュニティセンター

参加者：12名 食改3名

講 話：○天草市民の健康状態（猪口）
○家庭でできる食中毒予防（田尻）
○レシピの説明（片岡）

献 立：豚肉のおろし煮
アスパラガスと新玉ねぎサラダ
かぼちゃのいところ煮



<参加者から質問>

- ・豚肉のおろし煮は肉が柔らかいのは大根の酵素のせいでしょうか。
- ・かぼちゃと小豆でどうしていこと言いますか。

<意見、感想>

- ・アスパラガスをいんげん豆でも良さそう。
- ・豚肉は薄味でとても美味しかったと好評でした。

