

## 有明町 食生活改善推進委員会 例会報告

令和2年度第2回目の例会は、11月4日(水)に実施されました。参加者は、地区から割り当てられた人たち合計20名。献立は「豚肉のきのご巻きミルク煮」「白菜とりんごクルミのサラダ」「ごぼうとさつまいものきんぴら」でした。調理を担当する人と、「BMIスケール」を作る人とは分かれて作業をした後、全員で試食しました。主菜の豚肉は、「薄切り」の具合によって、扱いにくい場合もあることや飾りの「きぬさや」については、季節の野菜に替えてもいいのではないかと、感想がでました。また、「白菜を生で食べることは珍しいので参考になる」とか、「きんぴらで、さつまいもを入れると、甘みがでてきておもしろい」という感想がでました。新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮しながら実施されて、充実した時間を過ごすことができました。

