

聖霊短大の1年生9人 高齢者向け調理法学ぶ

にかほ市のシェフが伝授

かむ力の弱い高齢者でも楽かかするのため、スズキやホタテをミキサーにかけた後、さらにこし器とへらを使ってつぶし、ペースト状にした。ラップで包んだペーストを蒸して仕上げた。軟らかく煮たプロッコリーやパプリカなどを焼きたウモロコシのムースにのせた野菜のパフェも作った。

学生たちは2品の調理に挑戦。魚介のテリーヌでは、軟らかく作るため、スズキやホタテをミキサーにかけた後、さらにこし器とへらを使ってつぶし、ペースト状にした。ラップで包んだペーストを蒸して仕上げた。軟らかく煮たプロッコリーやパプリカなどを焼きたウモロコシのムースにのせた野菜のパフェも作った。

をふんだんに使ってじっくり煮込んだ。「後から調味料で味付けしようと思わず、下準備からしっかりと味付けすること、味がとがらず、塩分を抑えられる」と説明した。

実習後には学生たちが、自分たちで作った2品と渡邊さんの料理を試食した。田村日和さん(21)は「どろみ材を使わなくても、野菜などを煮込むと素材のうまみを生かしながら軟らかくできることなど、勉強になることが多かった」と話した。

実習は、発表会でお披露目する商品のレシピを使い、3日に行われた。28日には秋田市のホテルメトロポリタン秋田で商品発表会を行う。

(佐沢幸徳)



渡邊さんの指導の下、食材をミキサーにかける学生たち

学生たちや渡邊さん(前列左から3番目)が作った料理を前に、笑顔を見せる参加者