

スペシャリストによるお話

講師：愛媛県味噌醤油協同組合
ヤマキ株式会社

みそのスペシャリスト「愛媛県味噌醤油協同組合」と、みそ汁に必要なだしのスペシャリスト「ヤマキ株式会社」から 20 分ずつ講義を受けました。

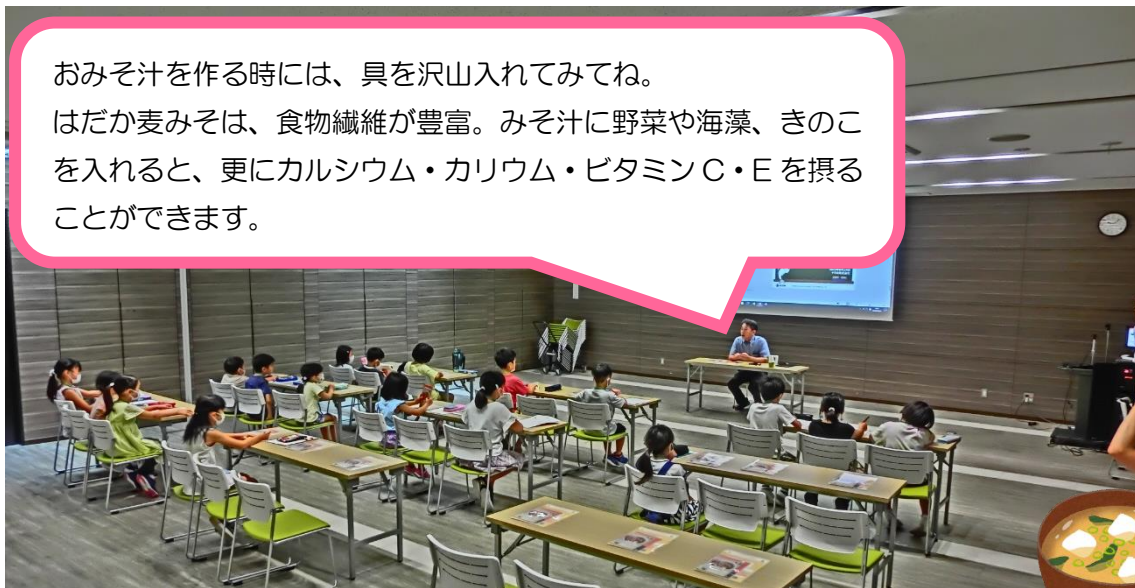
クイズをしながら貴重なお話を聞き、おいしいみそ汁を作るひみつを学びました。

愛媛県味噌醤油協同組合理事長によるお話



愛媛県は、はだか麦の日本一の産地で、
なんと 36 年連続日本一位です。
覚えて帰ってね。

おみそ汁を作る時には、具を沢山入れてみてね。
はだか麦みそは、食物繊維が豊富。みそ汁に野菜や海藻、きのこ
を入れると、更にカルシウム・カリウム・ビタミンC・E を摂る
ことができます。



具だくさんのみそ汁は栄養たっぷり！おうちでも具だくさんのみそ汁づくりに挑戦してみよう！



ヤマキ株式会社によるお話

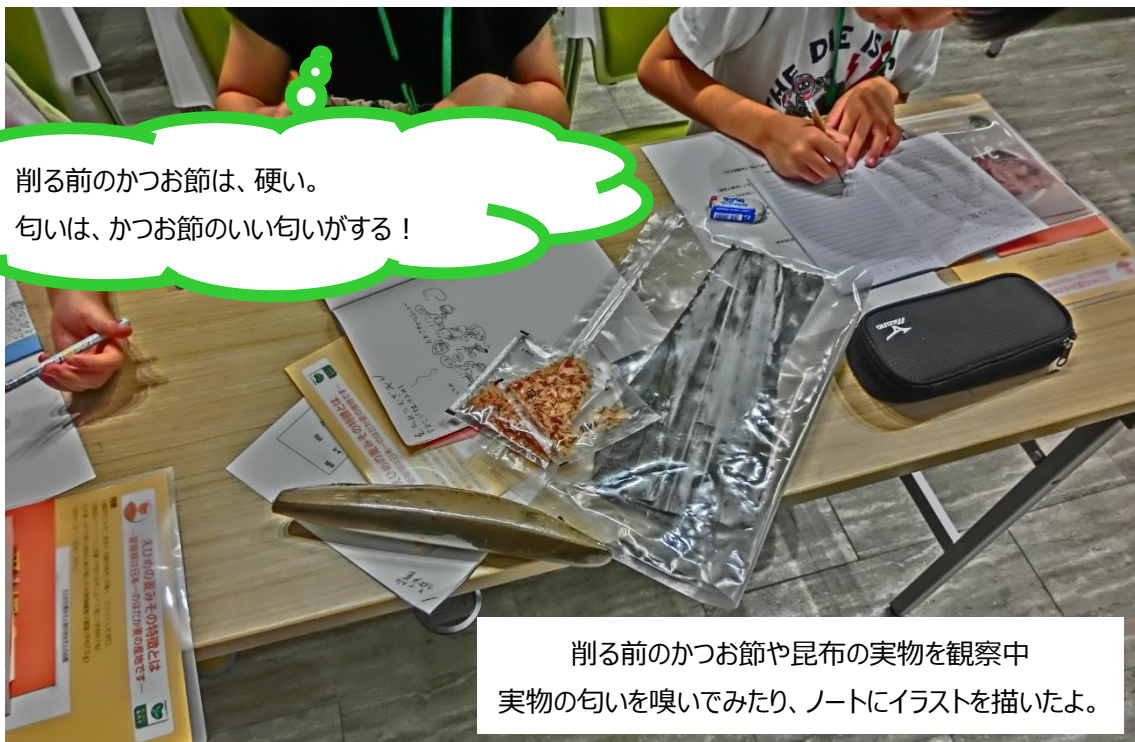


愛媛県で昔からよく使われているだしの種類は何だろう？

かつお節？昆布？
何だろう…？？



正解は・・・「いりこ」。愛媛県では、古くからイワシを干した「いりこ」でだしを取ることが多いそうです。



削る前のかつお節は、硬い。
匂いは、かつお節のいい匂いがする！

削る前のかつお節や昆布の実物を観察中
実物の匂いを嗅いでみたり、ノートにイラストを描いたよ。

だしについて、クイズで楽しく学べました。だしには、野菜や牛・豚・鶏肉の骨、大豆など様々な食品からも

だしを取ることができます。みそ汁以外の料理にもだしを使ってみよう！