

## ●長崎北部地域●

# 「堀江製パンさんの出前パン講座」

5月31日、長与町ふれあいセンターにて堀江製パンの中島さんを講師にパン講座を開催しました。

まずあらかじめ用意していたパン生地をロールパンとカレーパンに成型し、発酵を待つ間に持ち帰り用の生地を手ごねで作りました。

手ごねは想像以上に力が必要で「こんなに大変だとは思わなかった。」との声があちらこちらから……。なんとかこねあげて自宅用の生地をゲットできました。

試食用に焼いたパンを食べるとあまりの美味しさに幸せな気持ちになりました。

堀江製パンさんからはメーカーとしての国産小麦のこだわりや外国産小麦やパンに使用する添加物の危険性についてのお話もありグリーンコープのパンの美味しさ、安全性を改めて認識しました。

また、美味しいパンの焼き戻し方のレクチャーもあり、楽しくて美味しくて為になったと参加者からとても好評な講座でした♪



手ごね、頑張ってます。



ただいま発酵中



ロールパンとカレーパン



堀江製パンの中島さん

### 参加者の感想

- ・国産小麦がいかに安心安全か、外国からやってくる食物に添加物が入っているのか、その恐ろしさがよくわかった。
- ・「国産小麦使用」に惑わされないようにしたい。
- ・グリーンコープのパンのこだわりを確信し、安心していただけると思いました。

# 「島原自然塾さんの野菜料理会」

6月29日、滑石公民館に島原自然塾さんをお迎えして野菜料理会を開催しました。島原自然塾さんは、人参や生姜、白ネギなどを提供してくださっています。

調理は、わきあいあい、とても楽しい雰囲気で行われました。

試食交流会では、生産者の方から、野菜へのこだわりや、育てている様子などを聞くことができ、参加者の方々が生産者の方と直接お話しできる貴重な機会になったようです。

生産者さんと一緒に調理試食ができた野菜料理会は、楽しく、美味しく、そしてグリーンコープの野菜の素晴らしさを学ぶとても良い機会になりました。

出来上がったメニューは「味付けがおいしい」「野菜料理でおなかいっぱいになるなんて驚きです」「人参ジュースが甘くておいしい」などとても好評でした。



たくさん作りました♪

### メニュー

- ・万能ねぎ塩だれ
- ・生姜飯
- ・にんじんジュース
- ・豚肉ねぎロール
- ・カラフル和え物
- ・にんじん簡単ポタージュスープ
- ・えだまめ
- ・マダーボール

### 参加者からの感想

・野菜へのこだわりを知れたので、これから野菜もグリーンコープで利用してみようと思います。(30代)

・とっても勉強になりました。家でも作ってみようと思いました。そして本当においしかったです。またこういう企画があれば参加したいと思いました。(40代)

・にんじんの保存方法や食べ方を教えていただきとても勉強になりました。今後もグリーンコープの野菜を注文していきたいと思いました。生産者の方とお話が聞けてよかったです。(40代)



全員集合！！