

「米粉料理講習会」実施報告書

開催場所 武蔵野調理師専門学校（豊島区南池袋 3-12-5）

開催日時 2012 年 12 月 8 日（土）

講師 料理研究家 尾身奈美枝

主催 日本学校調理師会

共催 社団法人 米穀安定供給確保支援機構

協力 一般社団法人 超人シェフ倶楽部

対象 学校給食調理員（24 名）

趣旨 米粉の特性と学校給食で使用する際のポイントについて、
実習を含めた研修を行う。

内容 米粉を使用した調理に関する講義と実習

- ・ ケーキ・サレ
- ・ 鮭のホワイトシチュー（実習）
- ・ 鶏のから揚げ【ゴマ揚げ、のり揚げ】（実習）
- ・ 蒸しパン（実習）

<参考レシピ>

根菜米粉グラタン、あさりキムチチヂミ、米粉のポルポローネ

受講者評価

- ・ 学校給食の献立で使える米粉調理法を知ることができた。実践してみたい。
- ・ レシピ本などでの知識より、実際に見て料理することで、米粉活用について知識が広がった。
- ・ 調理法のコツを知る事ができ、職場に生かしたいと感じた。
- ・ アレルギーの子どもたちへ、米粉を使った料理を提供しようと思う。
- ・ 米粉を使うと唐揚げはサクリ、蒸しパンはもっちり仕上がりととても美味しかった。
- ・ 講師の実演や話が興味深く、あっという間の時間に感じた。

2012 年 12 月 10 日

一般社団法人 超人シェフ倶楽部







