

【東京ガス料理教室】

和の美学～四季折々～「春の恵みを味わう旬の香り」

東京ガスでは2019年3月・4月に、【和の美学～四季折々～「春の恵みを味わう旬の香り」】を開催します。3月開催分は2月1日から、4月開催分は3月1日から申し込みを受け付けます。

「和の美学」はユネスコの世界無形文化遺産に登録された「和食」にスポットをあてた教室です。旬の和食材や和の道具など、それぞれのテーマのもと和食文化をお楽しみいただいています。



今回は、春ならではの食材にほんのひと手間をかけて美味しい和食を作ります。春の出会いものを辛子酢味噌で味わいます。下茹でしたタケノコを皮付きのままカットし、醤油をひと刷毛塗ってグリルで香ばしく焼きます。蛸と青豆の桜飯は、タコを入れて炊飯することでピンク色になり、ふっくら茹でたグリーンピースがよく映えます。この時期ならではの味を楽しみにいらっしやいませんか？



東京ガスは、農林水産省が推進する「Let's! 和ごはんプロジェクト」に参加しています。

これは、将来の食嗜好の骨格となる味覚が形成される子どものうちに和食の味や食べ方の体験の機会の増加を促し、和食文化の保護・継承につなげていくためのプロジェクトです。

食品製造業者、流通業者、中食・外食業者のみならず、レシピや調理家電など食にかかわる事業者と行政とが一体となって、和食につながりを持つ関係者が官民協働で、子どもたちや忙しい子育て世代に、身近・手軽に健康的な「和ごはん」を食べる機会を増やしてもらうための取組を推進しています。

【メニュー】

○独活、蛍烏賊の辛子酢味噌

ウド、ホタルイカ、新若芽を辛子酢味噌で。

○筍の醤油焼き～木の芽の香り～

○魚の白みそ焼き

白味噌に豆乳グルト※を合わせた味噌床に漬け、グリルで香ばしく焼きます。

※豆乳グルト：豆乳を植物性乳酸菌で発酵したヨーグルト風の発酵食品

(協賛：マルサンアイ株式会社)

○ふわふわ真丈のお吸い物

白身魚と山芋、卵白を入れた真丈に、筍や山菜を添えて、木の芽をあしらいます。

○蛸と青豆の桜飯



「有機豆乳無調整 200ml」と「香りつづくとろける味噌 だし入りあわせ 205g (鮮度みそシリーズ)」を1本ずつお土産としてお持ち帰りいただきます。(協賛：マルサンアイ株式会社)



【対象】16歳以上

【参加費用】4,800円(税込) ※入会金不要

【所要時間】2時間30分

【申込期間】3月開催分：2月1日(金)～2月15日(金)

4月開催分：3月1日(金)～3月15日(金)

【問合せ先】東京ガスコミュニケーションズ内 東京ガス料理教室事務局

TEL 03-5405-7068 (月～金 10:00～17:00、土・日・祝日休み)

コース詳細・日程・会場・お申し込みはこちら <http://www.tg-cooking.jp/>