

公開講座 仁愛食育講座

生活科学学科 食物栄養専攻 講師 森 恵見

今年で5年目の“仁愛食育講座”です。今回の食育講座は、子どもたちが楽しめるアイシングクッキー、練り切り、デコレーションケーキの講座を行いました。

● 初めてのアイシングクッキー ●

日時：令和元年9月14日（土） 13:00～15:00

場所：仁愛女子短期大学 調理室

参加者：19名

アイシングクッキーとは、クッキーの上に卵白と粉砂糖を混ぜて絵を描いたものです。絵を描くために、クリームにそれぞれ好きな色を着色をして描きます。クッキーも、一般的なサクッホロツのクッキーとは違い、硬くて崩れにくい平らなクッキーを使用します。



作ってみたいけど、難しそうないメージがあるアイシングクッキーですが、意外に簡単です。開催時期が9月だったので、お月見をイメージして、うさぎや星、丸などのクッキーを用意しました。クッキーの上に絵を描くように、オリジナルのアイシングクッキーを作ってもらいました。



今回は初めての方が多かったので、クッキーやクリームは全てこちらで準備をしました。用意しておいた白・黒・ピンク・水色・黄色の五色を使って、オリジナルのクッキーを作ってもらいました。

参加した親子・お友達同士、一言もしゃべらず真剣に黙々とクリームを絞っていました。かわいらしいデザインが完成し、全てのクッキーが完成した頃には、『疲れたけど、楽しかったー!』という声があがっていました。



表面を乾かしている待ち時間を利用し、クッキーレッスンを行いました。材料を少し変えるだけで色々な食感のクッキーが出来ること、作り方を少し工夫するだけで、ボコボコのクッキーが真っ平らなクッキーになることも勉強してもらいました。たかがクッキーですが、奥が深いクッキーです。楽しいだけでなく、子どもたちにクッキー作りを通して、“なるほど!”と興味・関心を持っていただいた時間でした。

●初めての練り切り講座●

日 時：令和元年10月5日（土）10：00～12：00

場 所：仁愛女子短期大学 調理室

参加者：20名

練り切りアート認定講師 森忠栄美先生に講師をお願いし、可愛くデコレーションの練り切りを教えてくださいました。

こちら、初めて練り切りを体験する方ばかりだったので、練り切りの材料は全てこちらで準備をし、工作のよう楽しんでいただきました。実際に和菓子職人が使用する三角棒を使用することで、チョッピリ職人気分です。丁寧に一つずつ教えていただき、こだわる子は時間をかけながら、黙々と作っていました。



参加者からは、『こんなに丁寧に教えていただけて楽しんで出来る講座、また来年もお願いします』と言うお声もいただきました。

●親子でデコレーションケーキづくり●

日 時：令和元年12月22日（日）10：00～12：00

場 所：仁愛女子短期大学 調理室

参加者：66名（26組）

おうちで一緒に、ケーキを作りたいけど、準備が・・・と思っているお父さんお母さんのために、子供用の包丁など短大の広い調理室を使って、親子でケーキをデコレーションしてもらいました。フルーツなど飾り付けをして世界で一つだけのクリスマスケーキを作りました。

ケーキの作り方だけでなく、スーパーに売っている安価な生クリームと高価な生クリームの違いや、スポンジケーキを作る際のコツ、生クリームの泡立て方など、なぜ？という疑問を解決しながら、説明しました。

保護者の方からは、『家ではなかなかできないから、こういう機会があるとありがたいです』『生クリームの話は、大変勉強になりました』というお声をいただき、子ども達からも『楽しかった!』『ママと一緒にケーキが作れて良かったです』という感想がありました。



今年度の食育講座に参加していただいた皆さん、ありがとうございました。この食育講座は、地域に貢献できる講座でもあり、お手伝いの学生達の学びの場でもあります。令和2年も、楽しく・美味しく・ちょっと学びのある講座をこれからも考えていきたいと思えます。