

とちぎ食育応援団日記 第28号

地域子育て支援センターおおひらへ行ってきました！

日時：平成28年1月21日（木）

場所：地域子育て支援センターおおひら（栃木市）

講座名 「食育講座～米粉を使って作ろう～」



講師 （株）波里 渡辺明男氏 他

米粉を扱っている（株）波里 渡辺さん指導のもと、米粉のホットケーキを、みんなで焼きます。小さな子供たちも、お母さんたちに手伝ってもらいながら、上手に焼くこと出来ました。

熱々の米粉ホットケーキを頬張ると、お米の優しい甘さが口いっぱいに広がります。最後に、試食しながら、渡辺さんに「米粉の良さ」についてお話を伺いました。



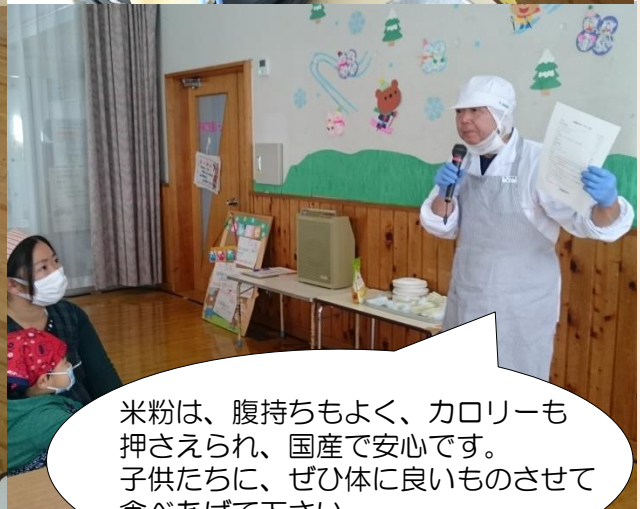
簡単、まぜるだけ！
ふわふわな感触だね。



ボクもやってみる！



やさしい甘さで大人気。
おかわり欲しさに泣き出す子も！



米粉は、腹持ちもよく、カロリーも
抑さえられ、国産で安心です。
子供たちに、ぜひ体に良いものさせて
食べあげてください。