石巻市有機農業推進協議会

親子で調理実習

＼みんなで有機のお米を食べてみよう！／

# 有機食材を使った料理教室

**蛇田公民館　調理室**

〒986-0868 石巻市恵み野２丁目１１－１

TEL：0225-95-0183

## １１月２３日祝 10:00~13:30

有機米のササシグレとササニシキの食べくらべをし、
郷土料理のおくずかけをみんなで調理して食べます

### スケジュール

10:00　開会オリエンテーション
10:10　調理開始　お米を炊く
10:20　グループに分かれて
おくずかけの調理
11:20　有機のお米について学ぼう！
米農家佐々木拓郎さんのお話
（動画）
12:00　みんなで食べよう！
13:00　あと片付け
13:30　解散

### 講師の先生とつくるもの

お米の先生　米農家　佐々木拓郎さん
調理の先生　調理人　郷古枝折さん

つくるもの
有機米ササシグレとササニシキの食べくらべ
郷土料理　おくずかけ作り

### 持ってくるもの

タオル、エプロン、マスク（必要に応じて）
持ち帰る袋やバッグなど

お申し込みは二次元コードから読み取り記入ください

石巻市有機農業推進協議会
受託事業者：一般社団法人イシノマキファーム
〒986-0202　石巻市北上町橋浦字行人前164
0225-25-4144

参加費：ひとり500円
定員：20名
応募締め切り：11月16日