

そば打ち体験教室を開催しました

令和2年2月2日（日）午前、京丹波町山村開発センターみずほにて、京丹波町の特産品である「瑞穂そば」をもっと知っていただくため、そば打ち体験教室を開催しました。

4名の講師の方に、4～5名のグループにわかれてそれぞれ教えていただきながら体験をしました。



 まずは、講師の先生にお手本を見せていただきます。



 やってみよう！ いざ、自分でそばを打ってみましょう！

 やっとこ！



1 まずは、そばをこねます。



2 次は、のばして



3 切りましょう。



4 茹でて、冷水で締めたら、できあがり！



5 みんなでいただきます。



瑞穂そばを活用した料理講習会を開催しました

令和2年2月2日（日）午後は、料理研究家の杉本節子先生をお迎えし、瑞穂そばを活用した洋風の家庭料理をご紹介いただきました。

そば粉やそばの実を使って、ミネストローネやニョッキのほか、クレープの作り方を教えていただきました。

瑞穂そばの新たな魅力発見となりました。



杉本先生によるデモンストレーション開始！



「このぐらいになるまでそばの実をゆでて。」
「なるほど〜」



家庭でも簡単に作れるように、わかりやすく楽しくお話ししながら教えてくださいました。



そばの実とたっぷりお野菜の
ミネストローネ



そば粉と自然薯の
もちりニョッキ ハーブの香り



そば粉のクレープ
ホイップクリーム
& 黒みつと黒豆きな粉

今回のレシピは京丹波町観光協会のホームページに掲載しておりますので、みなさんも作ってみてください。

京丹波とことこ倶楽部では随時とことこ会員を募集しております。応募用紙は観光協会事務局にありますので、ぜひみなさんからご家族やお友達などにお声がけいただき、会員を増やしていけるようご協力お願いいたします。これからも京丹波とことこ倶楽部をよろしくお願いいたします。

お問い合わせ

TEL 0771-89-1717

FAX 0771-89-1713

MAIL info@kyotamba.org

HP <http://www.kyotamba.org>