

主催事業紹介 「味わい工房～大災害でも

おいしくクッキング～」

実施日：7月20日（木）晴

参加者：7人

平成23年3月の東日本大震災から約6年4ヶ月がたちました。今でもさまざまな地域で大きな地震が起きています。印西市では、市内の浅い地域で直下型地震が起きた場合に最大震度6強を想定しています。この震度6強の地震により、電気、水道、ガスが止まってしまった中、自助・共助でおいしい料理を作って生き抜こう！という



テーマで大災害時の料理体験講座を開催しました。

電気が止まってしまうと冷蔵庫が使えません。一番先にダメになってしまう食材は冷凍庫内のものになります。そこで受講者には自宅の冷凍庫にある食材を持ってきてもらい、みんなで持ち寄った有り合わせの材料で調理します。

ガスはカセットコンロやアウトドア用のバーナーを利用し、熱がよく通るように食材は薄くスライスするなど工夫を

しました。水はペットボトルに用意した量だけで調理していきます。手を洗わなくても良いようにビニール袋を使ったり、洗いものが少なくなるように調理段階からまな板にラップやアルミホイルを敷いて使ったり、フライパンを汚さないようににホイル焼きにしたり、スープを作る時も鍋のふたを洗わなくて済むようにアルミホイルをふた代わりに使いました。



ちなみに米三合を炊くのに使った水はとぎを含めて1.7リットル、10人分の調理に使った水は2リットル、洗い物に使った水は6リットルでした（調理前の手洗いに使った水は除く）。

できあがった料理はラップでくるんだ食器に盛り付けて試食をしました。協力してくださった料理愛好家のアドバイスもあり、どの料理もとてもおいしくできました。

片づけも汚れものが少ないのでとても簡単でした。

最後に、受講者同士で「思いもつかないアイデアがよかった。」「体験をすることの意義を感じた。」「今日のように日頃から近所の人でコミュニケーションをとりあって助け合うことが大切ですね。」などたくさんの意見・感想を分かちあって講座を終えました。

