

## (第4回) くまもとふるさと食の名人・出前講座

開催日：令和6年（2024年）12月6日

実施団体：宇城市立青海小学校

講師：宮本 文子さん（食の名人）

体験料理：炊飯器で作る簡単みかんケーキ、  
みかん大福



今回は、宇城市立青海小学校です。体験したのは小学4年生17名、そして補助として参加して下さった4名の保護者の皆さんです。

青海小学校の地域は、みかんの産地であり、みかん農家も多いところから、「みかんを使ったデザート」がテーマです。

名人さんから、家でも作れる2つのメニューを御指導いただきました。



子どもたちがみかん果汁を絞るのは大変と言う事で、スタッフでみかんを絞り、この日使う果汁を事前に準備しました。

講座では、まず名人さんから作業の流れ、注意点の説明を受けたあと、先生の号令のもと、きびきびと子供たちが動きます。



各班用の材料を受け取ったら、段取りを確認して、みんなで力を合わせて作業を開始します。

みかんケーキで使う炊飯器の釜に、きれいに皮を剥いたみかんを並べる係、ケーキ生地用の材料を混ぜる粉を溶かす係が手際よく作業を進めます。



そして、みかんケーキ生地を炊飯器釜に流し込み、炊飯器のスイッチを入れて50分程度待ちます。

次に、ケーキを待つ間で みかん大福 を作ります。あんこを丸める係と大福生地を作る係に分かれて進めました。



生地を材料をボールで溶かしたあと、レンジで6分程度加熱します。

出来上がったら12等分に切って、丸めながら、あんこを入れ大福を作ります。

みかんを1個丸ごと入れたいとアイデアも飛び出し、賑やかな時間が流れます。

そして、みかん大福が完成しました。



「みかんケーキ」も焼き上がりました。



完成後は、お手伝いしていただいたお母さんたちも一緒に試食です。



最後は全員仲良く、記念撮影！



名人さんが帰る際、子どもたちが校舎の窓から、「ありがとうございました」「また来てください」「家で作るからね」と元気な声でお礼の言葉を贈っていました。

今年度の出前講座は、県内 12 カ所で開催する予定です。  
次の報告をお楽しみに。