

① 昨年の秋、みんなで捨てた
 椿の種から
 椿油がとれました。
 745合で→3リットル



捨てた方には
 アトマイザーに入れて
 プゼントしました ♪



② そこで、
 椿油で作ると
 おいしい けんちん汁を
 南三陸キコくらぶのお母さん方と作ってみることに...
 お野菜はみんな持ち寄り、たっぷり作れそう



南三陸 椿ものがたり復興

シリーズ No39

できたよ! de
椿油
 お試し
 けんちん汁の会

2015.2.7 9:30~13:00

サポートは
 復興
 みほり会



(結果 30人分のけんちん汁が
 出来上がることに!)

③ お母さん方はお料理の名人
 その午膳祭のよういことよしいこと
 は、は、は、と作っちゃいました。



④ 味つけは?
 味噌としょうゆamixにしました。
 みそを入れると味がしみて
 あまくなるんだヨ



⑤ 仮設の
 集会所の
 キッチンが奥。
 与人も立てば、いっぱいです
 オープンキッチンだともっと楽しそう。
 (災害公営住宅の集会所は
 オープンキッチンです♡)

⑥ かくして
 どどどーんと
 お鍋3つ分の
 けんちん汁が完成。
 冬野菜がたっぷり入っておいしそう♡

他にも、かきご飯、わかめのくきのつけもの
 手作りキムチ、のりはりおにぎりetc
 いっぱい海の幸山の幸が集まりました。



⑦ 椿で膳っていうのも
 考えまじょうか?

たとえば
 椿油のたきご飯に
 けんちん汁
 椿の花の酢のものに
 椿の花のてんぷら
 椿もち、いやー
 椿茶、椿ぐし

⑧ えがおも大事な調味料
 いっぱい作って
 みんなで食べると
 なおさら美味しい時間
 になりますネ



⑨ でもこれは練習
 本番は月末に
 おばあさんたちに
 ふるまいます

