

# なごみ新メニュー開発料理講習会

平成31年2月5日

「サロンなごみ」は、納内の街中を活性化することを目的に平成26年9月にオープンして、納内のボランティアさんが中心となって食事を提供しています。日替わり特別メニューは、担当スタッフさんが交代で献立を考えながら厨房に立っています。今後のなごみの新メニューを研究するために、納内在住の栄養士川中 真奈美さんを講師に「なごみ新メニュー開発料理講習会」を開催しました。川中さんには手に入りやすい食材で、あまり調理時間の掛からない料理「おにぎらず」「クラムチャウダー」「タラコパスタ」「信田巻き煮」「麦とろご飯」「里芋とニラのからし酢味噌和え」「大根の塩昆布和え」の献立7品を考えていただき手分けして調理しました。昼食には出来上がったお料理を皆で美味しくいただき、作って食べた感想をそれぞれ話してもらいました。

