

SANTOME KONJAKU MURA

食を考える WEEK

2021.1.16(土)

2021.1.24(日)

「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得するべく、健全な食生活を実践することができる人間を育てる「食育」を推進するため、農林水産省では、1月を「食を考える月間」とし、「食」に関するあらゆる取り組みを展開する月としています。
三富今昔村も、新たな1年をむかえるタイミングで「食」をみなさんと一緒に考えていくきっかけを提供し、皆様と「食」に関する知識、「食」を選択する力を養っていきたくと考えます。

日本の伝統食

発酵食品 を考える

味噌、醤油をはじめとした、日本の食卓に昔からある発酵食。カラダによく、手軽にムリなく手作りもできる「発酵食」の魅力を知り、毎日の生活にとりいれていきましょう！



手前味噌の販売

石坂オーガニックファームの大豆を使用して作った特製の手前味噌を交流プラザで販売します。お味噌汁など、毎日のお料理にお使いください。



手前味噌ドレッシング販売

石坂オーガニックファームの自家製味噌とニンニクを使用した、和風にも洋風にも合うシェフのこだわりドレッシングです。

フードロス を考える

まだまだ食べられるのに捨ててしまう食品がたくさんあります。野菜の皮などを出汁にしたベジブロススープやReBreadのパンメニューから、フードロスについて考えましょう



ReBread コロッケ

三富今昔村の特製パンをパン粉にして作った手作りコロッケ。サクサクとした食べごたえのある衣が特徴です。交流プラザにて販売！



冷凍パンの販売

フードロス削減を目的においしく食べられるよう冷凍している手作りパン。数個を詰め合わせたおまかせセットを限定販売します！

ベジブロスのあつあつスープ

ベジブロスの野菜出汁を使用した3種のあったかスープ(オニオングラタンスープ・ミネストローネ・クラムチャウダー)を、くぬぎの森カフェで販売！

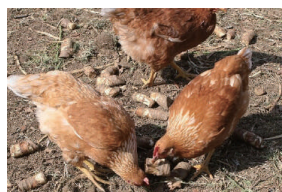


命をいただく 食の循環 を考える

三富今昔村で飼育している、アニマルウェルフェアの鶏たちがどのように育てられ、そしてどのように私たちの食となるのか。その一連の生と食の循環をまなび、「命」をいただくということを考えます。

キーマカレー販売

のびのびとした環境で育つ、ポर्टリーガーデンの鶏の命をいただきます。鳥ひき肉を使ったキーマカレーとして交流プラザのメニューに登場です。



★たまごの収穫プログラムも開催！
(詳しくは裏面へ)

食を考える WEEK プログラム

1 / 16
[sat]



国産有機大豆を使った「手前味噌づくり」

12:30-15:30



味噌を仕込む工程を全て体験していただき、自分だけのオリジナル味噌を手づくりします。つくった“味噌だね”(約2kg)はお持ち帰りいただき、ご家庭で熟成させて完成です!

1 / 17
[sun]



MY 味噌玉づくり

11:00-12:30 / 13:30-15:00



お湯を注ぐだけで味噌汁が出来上がる「味噌玉」を、石坂オーガニックファームの自家製味噌と好きな具材と一緒に混ぜてつくるプログラム。つくった味噌玉はお持ち帰り可能です。

1 / 23
[sat]



にわとり飼育体験とうみたてたまご収穫

11:00-12:00 / 14:00-15:00



飼育されるにわとりや牛、豚などの生きものたちを、ストレスの少ない環境で育てる“アニマルウェルフェア”の環境で育つ鶏のたまごを収穫して、その場でTKG(たまごかけごはん)にしましょう!鶏の鶏ガラを使用したスープも一緒にいただきます。

1 / 24
[sun]



大人のベジブロス教室

11:00-12:30 / 13:30-15:00



三富今昔村の食育マイスター・橘と一緒に「食」について学ぶプログラム!vegetable(野菜)+broth(出汁)を合わせた“ベジブロス”のおいしさとお栄養の秘密について一緒に学びましょう!

 三富今昔村
Tel.049-259-6565

【受付時間】10:00~17:00(休村日を除く)

【休村日】7月、8月以外:火曜日
7月、8月 :日曜日



プログラムの詳細やお申込み・お問い合わせは WEB から

www.santome-community.com

三富今昔村



三富今昔村とは、五感で学ぶ「サステナブルフィールド」。東京ドーム約4個分の自然に囲まれた敷地では、季節に合わせた様々な環境教育の体験プログラムを開催しています。里山の自然を感じながら、「自然と共生する暮らしとは何か」五感を使って楽しく学ぶことができます。

最寄駅から三富今昔村まで送迎バスが運行中!
詳細はWEB(アクセス)をご参照ください。