



ふじみ自然塾 だより

2015.2.2

第11-6号

発行；富士見市民大学
ふじみ自然塾
編集；同 企画運営スタッフ
発行日；不定期

1. 第13回講座(合同講座) 大豆の選別

12月17日13:30～15:20に鶴瀬公民館調理室で、大豆の選別を行った。

作業は大豆を、板の上を転がしながら、丁寧に選別した。今年大豆は、皮が剥けて無くなった裸の豆が多いように感じられた。

さらに選別した大豆(早生種と晩生種)の中から、2015年用の種豆を選別した。



写真①；大豆選別作業

2. 第14回講座(合同講座) こんにゃく作り

1月17日9:00～16:00に南畑公民館生活実習室で、こんにゃくの会の中とき氏と秋元喜代子氏を講師にお招きして、こんにゃく作りを行った。また、出来たこんにゃくを使って、こんにゃく料理を作り皆で試食した。

こんにゃく芋は埼玉県秩父産を調達し、昨年12月初に届き、2箇月以上定期的に陽に当てるなど細心の注意を払い保管したが、1個の芋を一部分腐らしてしまい真っ青。しかし、出来た量は昨年と大差なく、十分な量を持帰りいただくこともでき、胸をなでおろした。

芋を洗い、皮むき、芋を細かく切り、ミキサーで攪拌して潰し、大鍋で煮詰める。それに凝固剤を加え、手早くかき混ぜる。これをバットに流し込み、固める。十分に固まったものを、適当な大きさに切り分け、湯がいて凝固剤の臭いやアクを抜き、こんにゃくが完成。

途中から、料理作りも並行して進める。12:15頃には全ての作業が終わり、食事タイム。会場を会議室へ移し、美味しいこんにゃく料理に舌つづみを打った。



写真②；こんにゃく作り

食事時の懇談では、2015年度のふじみ自然塾&特別研修コースの相談・意見交換なども行った。

3. 第15回講座(合同講座) 豆腐作り

1月31日9:00～15:00に南畑公民館生活実習室で、ピンカードの谷合照子氏を講師にお招きして、自分たちで栽培・収穫し、12月17日の講座で選別した大豆を使って、豆腐作りを行った。また、豆腐料理を作り皆で試食した。

水につけた大豆をミキサーで攪拌して潰し、煮立たせた湯に注ぎ煮詰める。熱い大豆の煮汁から豆乳を搾り、再加熱、ニガリ液を加え、間をおいてから型に入れる。豆腐が固まってから、そっと水の中へ。豆腐が完成。

途中から、料理作りも並行して進める。12:30頃には、豆腐料理も出来上がり、会場を和室1へ移し、皆で食事を楽しんだ。



写真③；豆腐作り

食事時の懇談では、2015年度の特別研修コースの研修生募集要領などについて説明した。