



# ふじみ自然塾 だより

2017.2.6

第 13-6 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14回講座(合同講座) こんにゃく作り

1月14日 9:00~14:00 に鶴瀬公民館調理室で、こんにゃくの会の中とき氏&秋元喜代子氏を講師にお招きして、86丁のこんにゃくを作った。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。

芋を洗い、皮むき、芋を細かく切り、ミキサーで潰し、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。12:00頃には全ての作業が終わり、食事タイム。会場を第3集会室へ移し、美味しいこんにゃく料理に舌つづみを打った。

食事中の懇談では、次回の豆腐作り・来年度特別研修



写真①；こんにゃく作り

コースの募集&味噌作りの参加希望などについて相談&意見交換を行った。

## 2. 第15回講座(合同講座) 豆腐作り

1月28日 9:00~14:00 に南畑公民館生活実習室で、45丁の豆腐を作った。今年度は、講師を呼ばずにスタッフが指導して、豆腐作りにチャレンジした。

大豆は、自分たちで栽培・収穫した大豆を使うつもりだったが、今年度は2009年に大豆栽培を始めて以来の大不作で材料の大豆が足りず、初めて一部を購入して対応した。

ニガリは前年から固形品に変わり、使用量はメーカー推奨値どおりとしたが硬めの豆腐ができたので、今回は若干減らしたが、硬さが不安定だった。

5丁分(1プケツ)は全く固まらず、ニガリを推奨値の1.5倍まで追加したが固まらず、再加熱することでやっと固まった。

水につけた大豆をミキサーで潰し、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



写真②；豆腐作り

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。12:00頃には、豆腐料理も出来上がり、会場を会議室へ移し、皆で食事を楽しんだ。

## 3. 2017年度 特別研修コース スタート

1月28日、豆腐作り&食事会後の14:00~14:50に南畑公民館会議室で、2017年度特別研修コースをスタートし、オリエンテーションを行った。

オリエンテーションでは、「研修のしおり(案)」を配布のうえ、前期&後期の年間計画概要・運営方針を説明&意見交換し、運営方針を決め参加者を確認した。

実習専用農場については、これまで利用していた農場を第1農場、西方に新設する農場を第2農場と呼称する

こととした。

### ■農作業もスタート■

立春の2月4日 13:30~15:20に、特別研修コースの農作業もスタート。第1農場の支柱置き場と道具入れを第2農場へ移設し、トマト栽培用の高畝を撤去・整地した。また、第2農場の一部で土起しを行った。

この日は風も無く春うらかな陽射しをあび、額にうっすらと汗して、農作業を楽しんだ。