



ふじみ自然塾 だより

2018.1.29

第 14-6 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13日 9:00~15:00 に鶴瀬公民館調理室で、こんにゃくの会の中とき氏を講師にお招きして、約90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食事会を楽しんだ。

こんにゃく作りでは1回目に1つの班で失敗作あり。レシピどおり芋と水を計量せずにミキサーで潰し始め、対応策として手探りで、煮る前と途中で水を加えたり、2つの鍋に分けたり、凝固剤を追加したり、対応に四苦八苦。1鍋分は凝固剤を加えず、固めずに試食した。

こんにゃく作りは、芋を洗い、皮むき、芋を細かく切り、所定量の芋と水をミキサーで潰し、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。予定より遅れ



写真①；こんにゃく作り

たが、12:30頃には全ての作業が終わり、食事タイム。会場を和室へ移し、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・来年度特別研修コースの募集&味噌作り時の分配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27日 9:00~15:00 に南畑公民館生活実習室で、自分たちで栽培した大豆を使って42丁の豆腐と約2Lの豆乳を作った。ニガリは2015~6年度の残でやりくりしたため足りず、豆腐3丁分で約2Lの豆乳を作った。今年度も2016年度同様に講師を呼ばずにスタッフが指導して、豆腐作りと豆乳作りにチャレンジした。

こんにゃく作りでの失敗を踏まえて、作業前に説明してから作業にかかったが、10丁分(2プロセス)で失敗作があった。5丁分は煮汁を煮詰める時間がレシピより短かったため固まらず、ほかの5丁分は原因不明(温度不足?)だが軟らか過ぎる豆腐が出来た。それらも料理法を工夫して食べた。

豆腐作りは、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。豆腐が固まってから、そっと水の中へ。豆腐が完成。



写真②：豆腐作り

途中から、料理作りも並行して進める。参加者が少なかったため手が足りず予定より大幅に遅れたが、13:00頃には豆腐料理も出来上がり、会場を和室1へ移し、皆で食事会を楽しんだ。

3. 2018年度 特別研修コース スタート

1月27日、豆腐作り&食事会中の14:00頃~南畑公民館和室1で、2018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・運営方針などを説明&意見交換し、参加者を確認した。