

【第1講】地元食材の栄養学

月日：平成30年10月25日(木) 9時30分～12時30分

講師：岡本 匡代 氏(釧路短期大学 教授)

- ・日本人の不足している鉄、カルシウム、食物繊維、ビタミンについて、地元食材の栄養学の視点から、釧路産の食品をとることで解消されることを学びました。
- ・活用が話題となっているエゾシカについて、エゾシカ肉研究のエピソードなど、写真を交えて紹介しました。



【第2講】地元食材のブランドと観光客対応

月日：平成31年10月29日(月) 9時30分～12時30分

講師：楡金 久幸 氏(ANAクラウンプラザホテル釧路 総料理長)

- ・魚介類はもとよりエゾシカやザリガニなどの全国から注目され魅力ある地元食材でつくる料理を、どの様に観光客に伝え、喜んでもらいビジネスにつなげるか。これまでのホテル勤務の経験に基づき事例を交えて解説しました。



【第3講】調理実習①

月日：平成30年10月30日(火) 9時30分～12時30分

講師：室田 亨子 氏(釧路短期大学 准教授)

・地元の魚介や野菜を使い、食と健康を考える調理をテーマに、“健康づくりに欠かせない栄養バランスがわかる献立づくり&調理法や味付けでヘルシーレシピ”を紹介。

「雑穀入りご飯」「きのこ汁」「牛乳もち」「秋鮭のネギソース」「ごぼうの夕日サラダ」の調理実習を行い、素材を生かすポイントを示しながら講評しました。



【第4講】調理実習②

月日：平成30年10月31日(水) 9時30分～12時30分

講師：楡金 久幸 氏(ANAクラウンプラザホテル釧路 総料理長)

・釧路地域にある魚介類、畜産品、農産品、乳製品の特徴や活用のヒントを紹介。

「エゾシカ肉」「カキ」「イチゴ」など、釧路地域の魅力ある食材を使ったフレンチのランチ3品の調理実習を行い、素材を生かすポイントを示しながら講評しました。



～講義の感想～

・受講者は地元食材の素晴らしさに改めて感心し、真剣なまなざしで聞き入り、「目から鱗が落ちる4日間」と確かな手ごたえを感じていた様子でした。