

暮らし彩る！スパイス・セミナー



「基本のスパイス編」

講師：飯沼敬子さん(ハウス食品株式会社、スパイスマスター)

2013年3月5日(火) 10:30~12:00 参加者：女性 12名

今回は、家庭で取りそろえたいスパイスローリエ、ナツメグ、シナモンなどのお話です。スパイスを実際に触れ、香りをかぎ、活用方法やレシピ紹介をまじえながら、説明がありました。その後、スパイスティーを淹れ、キャラメルシナモンを使ったシナモントーストを皆さんの前で実演しました。そして、最後にスパイスティーを飲みながら、フレンチトーストをいただきました。



ローリエ、ナツメグ、シナモン、クローブ、カルダモン実際に触れてみましょう！
カルダモンは縦に裂いて中身(種子)を出します！



ローリエは臭みを消すので、煮込み料理に使います。ナツメグはひき肉料理に肉をこねる時に入れてください。
何層にもなっているセイロンシナモンは折ってお茶やコンポートに、シナモンの仲間のカシアは、香りが強いのでキーマカレーに良く合います。

二人一組になって、スパイスティーを作ります。乳鉢でスパイスを砕くとスパイスの良い香りがしてきます♪



キャラメルシナモンをたっぷり使ったシナモントースト、バターとシナモンの香りが食欲をそそります！



試食タイムです！

実際にスパイスに触れ、香りを感じ、味わうことのできる楽しいセミナーとなりました。身近にありながら使い方をよく知らなかったスパイスを知り、少しの工夫で家庭の食卓が豊かになると分かりました。「早速実践したい」とのご感想をたくさんの方より頂きました。

来年度も引き続きハウス食品による「香り彩る！スパイスセミナー」を“輝く私”昭和女子大学ステーションで開催いたします。皆様のご参加お待ちしております。