

暮らし彩る！スパイス・セミナー 「デュカ作りを体験しよう！」

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)

2014年3月6日(木) 10:30~12:00 参加者：女性 13名

本日は「基本のスパイス」と「カレーに使う主要スパイス」について学びました。「デュカ作り」も実際に体験でき、スパイスの面白さと美味しさを実感できました！ ※「デュカ」…中近東が起源のシーズニングスパイス



「カレー」はスパイス3種で作れます♪
ターメリック (色) クミン (香り) ペッパー (辛み)
これにコリアンダーやガラムマサラなどを加えると
味に深みが増しますよ。作ってみて下さいね♪

体験♪『デュカ作り』

材料：コリアンダー (ホール 大さじ1)、クミン (ホール 大さじ1/2)

白ごま (大さじ1と1/2)、アーモンドダイス (大さじ1)、カシューナッツ (大さじ1)

作り方：①コリアンダーとクミンはフライパンで炒って乳鉢などでつぶす

②白ごま、アーモンドダイスは炒る、カシューナッツは炒ってから刻む

③①に②を加え混ぜる

★パンにオリーブ油をつけてデュカをのせ、少量の岩塩をする

デュカはまとめて作って密封すれば保存できますよ。



デュカの試食 美味しいもので気分もUP♪

カルダモンティーの試飲 香りに癒されます

昭和女子大学の学生さんたち

本日は昭和女子大学の学生 3名も参加し、世代を超えた皆さまでセミナーが開催されました。

学生さんからは「スパイスは美味しいですね。このセミナーを友人にも教えます!」との嬉しい感想をいただきました。また、ご主人が多量のスパイスを使うという奥様からは「スパイスは適量が大事だと夫に教えます!」といったユニークな感想もありました。参加者の方から「デュカをクリームチーズやマヨネーズに入れると美味しいかも!」というお料理のアイデアのでくる、活発なセミナーとなりました。皆さまスパイスの持つパワーに魅了され楽しまれていました。

お土産に「GABAN」クミン、コリアンダーホール、シュガーパウダーの瓶もいただき「早速カレーを作ります。」といった声も多数聞かれました。スパイスでいつもの料理が本格的な味に変化するの面白いですね。 次回の開催予定は6月です。是非ご参加ください♪

