

Information

市場の役割や重要性をわかりやすく解説したインフォグラフィックができました！ぜひご覧ください。



7～8月実施 会員限定イベントのご案内

夏休み子ども市場見学会

野菜や果物、魚の市場を探検しよう！実際のせり台にあがって果物の値段をあてる模擬せりゲームに挑戦できる、毎年大人気のイベントです。夏休みの思い出や自由研究の題材に、ぜひご家族でご参加ください。



第1回 平成30年 **7月28日(土)** 午前8時～午前10時半 第2回 平成30年 **8月7日(火)** 午前8時～午前10時半

場 所 京都市中央市場内 参加費 500円(小・中学生のみ) ※果物のお土産付

定 員 各日保護者を含めて40名(申込み多数の場合は抽選)

対 象 食の海援隊・陸援隊会員(小・中学生及びその保護者) ※未就学児の同伴不可 ※安全のため、必ず保護者の方もご参加ください。

申込締切日 7月13日(金)(消印有効) 参加通知 開催日の約10日前に当落のご案内をします。

キャンセル 開催前日と当日のキャンセルは、キャンセル料が全額発生しますので、当日不参加の場合は早めにご連絡ください。

産地支援活動 陸援隊

身近な食材の産地を訪れ、生産者との交流を通じて、産地の現状や生産者の仕事について理解を深めて頂きます。今年は万願寺甘とう発祥の地である、舞鶴市にて、収穫体験や見学を行います。



※写真はイメージです。

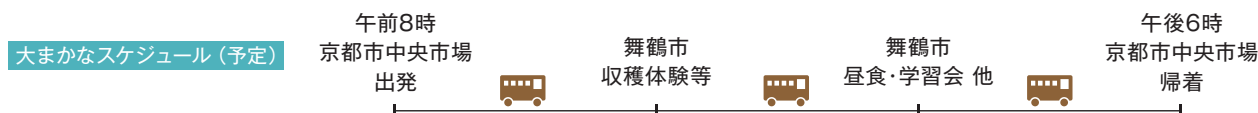
日 時 平成30年 **8月21日(火)** 午前8時～午後6時 行き先 京都府舞鶴市

対 象 食の海援隊・陸援隊会員 ※小・中学生参加の場合は、安全のため保護者の方もご参加ください。 定 員 40名(申込み多数の場合は抽選)

参加費 大人 1人5,000円 小・中学生 1人2,000円

※スケジュールに記載された日程に明示された交通費、食事代、体験にかかる費用、保険料、消費税等諸税が含まれます。

加盟保険【損保ジャパン日本興亜損保 801 タイプ】



最少催行人員 20名から 申込締切日 7月13日(金)(郵送の場合は消印有効)

参加通知 7月下旬に当落のご案内をいたします。

産地支援活動につきましては、企画・主催は「株式会社日本旅行京都四条支店」が行います。応募窓口は「食の海援隊・陸援隊事務局」ですが、ご当選時の参加費の入金先は、主催である「株式会社日本旅行京都四条支店」となりますので、予めご理解ご了承ください。ご当選された方には、ご入金手続き等のご案内を当選通知と併せてお送りさせていただきます。なお、参加確定後は、開催日の10日前より、日本旅行既定のキャンセル料が発生いたします。

各イベント申込方法

ハガキまたは
FAXによる申込み



①参加希望イベント名 ②参加希望日
③参加希望者の会員番号・氏名(世帯・グループでのご応募の場合は参加者全員分)・住所・電話番号・FAX番号(FAXでお申込みの場合)をご記入の上、事務局までお申込みください。

インターネットからの
申込み



食の海援隊・陸援隊のホームページから、必要事項をご記入の上お申込みください。

食の海援隊・陸援隊

検索



申込・応募先

〒600-8813
京都市下京区中堂寺南町130番地
京都青果センター3F
あじわい館「食の海援隊・陸援隊事務局」
FAX 075-321-8690
E-mail
info@syokunokaiantai-rikuentai.com

※災害等により、イベントの内容が変更、中止になる場合があります。 ※会員以外の方からの申込も受付させていただくことがあります。

家族のごはんを作るお母さんお父さん

毎日忙しいあなたにこそ知ってほしい 「お出汁のはなし」



教えてくださったのは、この方!

京都府寿司生活衛生同業組合
京都府寿司技能士会・会長
花登一彦氏



和食の基本となる「出汁」。便利な顆粒だし等が登場し、鰹と昆布でお出汁を取る家庭は、年々少なくなっていますが、

きちんと取った出汁で料理すれば、小さいお子さんが嫌いな野菜や魚を食べてくれたり、余計な調味料を使わず減塩にもなります。

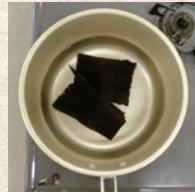
出汁の材料や配合は様々ですが、今回はお寿司やさん直伝のお店のレシピと、家庭で代用しやすいワンポイントを紹介します!

用意するもの

だし昆布…15g
かつお節…25g
水…900cc



1 鍋に水900ccと、だし昆布を入れます。



水につけた状態で、10分以上置いてから火にかけましょう。

2 弱火で60℃を保ち45分間、火にかけます。



家庭では、クツクツ小さな泡が出ている状態で10分程度煮出せばOK。

3 昆布を湯から引き上げます。



10分程で泡が大きくなってきたら昆布の上げ時!

沸騰させないように要注意!

4 ③を90℃の温度まで再加熱したら火を止め、素早くかつお節を入れます。



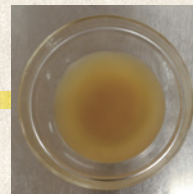
③の泡の状態が沸騰直前の90℃前後。素早くかつお節を入れましょう。

5 かつお節が全体に沈んだら、素早く漉します。



かつお節を入れたら触らず、全体的に沈むまで待ちます。

6 かつお節から出汁がすべてしたたり落ちたら完成!



家庭料理ならかつお節に残った出汁を絞っても◎。

POINT!

出来上がりは、最初の水の量より200cc程目減りします。使用量を考え分量の調整を!また、出汁は冷凍保存も可能。たくさんとって小分けにし、冷凍しておくと便利です。

京都市中央市場発! 旬だより

これから旬を迎える食材について、私が教えます。



京都市中央卸売市場
第一市場 業務推進第一担当
森口幹太氏

今回紹介するのは…

賀茂なす



賀茂なすは、京の伝統野菜であり、京のブランド産品にも指定されています。今から約100年前に、名前の由来である京都市の上賀茂・西賀茂地域で栽培されるようになりました。サイズが大きく、肉質が緻密で食べ応えがあるので、大きく切って調理することで賀茂なすのキメ細かく柔らかな食感が存分に味わえます。定番の田楽のほか、揚げびたし、皮を器に見立てたグラタンなど、様々な食べ方が楽しめます。

今からが旬! 鰻のおススメの食べ方大募集



写真はイメージです。

【レシピ】、【料理の写真】、【会員番号】、【お名前】、【掲載可能なニックネーム】を食の海援隊・陸援隊までお送りください。(宛先は表面参照) 優秀レシピは、次回会報誌にてご紹介。掲載された方には、京都市中央市場流通の野菜セット(2,000円相当)をプレゼントします!

おいしい! カンタン! お手軽 レシピ

賀茂なすピザ



教えてくれる講師

野菜ソムリエ
上級プロ・料理家
西村秋保氏



【材料 2枚分】(切り方・下準備)

賀茂なす・小1/2個 万願寺とうがらし・1/2本 玉ねぎ・1/8個
ソーセージ・1本 ピザソース・適量 ピザ用チーズ・30g

【作り方】①賀茂なすのヘタを切り、厚さ1.5cmの輪切りにする。お皿にキッチンペーパーを2枚重ねて折った上に広い面を上に乗せ、600Wのレンジで2分加熱する。(ラップ無し) ②万願寺とうがらしとソーセージは厚さ3mmの輪切りにし、玉ねぎは縦細切りにして長さ2~3cmに切る。③魚焼きグリル、またはオーブントースターの天板にアルミホイルをひき、①を置いてピザソースを塗る。④ソーセージ、万願寺とうがらし、玉ねぎ、ピザ用チーズの順に載せ、チーズに焦げ目がつくまで5~8分焼く。

西村秋保氏の「短時間でばっと作れて美味しい&ヘルシーな献立」が学べる

簡単! おしゃれ! おいしい! おうちでできるカフェごはん

日時 平成30年7月3日(火) 午後7時~8時半

場所 京の食文化ミュージアム・あじわい館

参加者募集中! 詳細はあじわい館075-321-8680までお問合せください。