

[miyamori\_18]

活動タイトル	省エネクッキング 秋色レシピ
実施日	2007年10月2日 10:30~13:00
場所	ときわ市民ホール調理室(旭川市5条通り4丁目)(旭川市)
対象数	15人
内容	<p>内容</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ 環境の保全と創造に関する旭川地域協議会の主催で開催された環境イベント「省エネクッキング 秋色レシピ」で、旬の秋野菜を取り入れた保温調理をメインに講義・実習しました。</li><li>・ 省エネルギーセンターの「食の省エネBOOK上手にいただきます」をテキストに、食材選びには「旬を知って、旬を楽しむ」ことや、台所で使うエネルギー(電気・ガス・水)の見直しとして、簡単で省エネ効果の高い7つのポイントを紹介。</li><li>・ メニューは、栗カボチャときのこの炊き込みご飯、旬野菜たっぷりとん汁、秋色ミルク蒸しパン。「炊く」「煮る」「蒸す」の料理を、実際に保温カバーを利用して実習することで、調理に使うエネルギーとCO<sub>2</sub>の削減方法を、体験を通して理解していただきました。</li></ul>
実施写真等	