

(第12回) くまもとふるさと食の名人・出前講座

開催日：令和7年（2025年）2月13日

実施団体：熊本県立天草拓心高等学校

講師：松本 恵子さん（食の名人）
大脇 和美さん

体験料理：せんだご汁、ひじきご飯

家政科1年生 34名



今回は、天草市の県立拓心高等学校です。家政科1年生34名が体験しました。

今回作る「せんだご汁」は天草地方の郷土料理です。「せん」とは、「でんぷん」のことだそうです。せんだご汁には、ジャガイモやサツマイモのでんぷんを使いますが、今日は、ジャガイモを使います。

まず、レシピに添って名人さんが実演する事で、切り方や作業手順を説明しました。

その後、生徒が作業を始めました。



講師のお二人は、忙しく9つの調理卓をどんどん回っていきながら、生徒さんの疑問や質問に対して実演を交えて、説明して回ります。

白菜の白い根の部分は、斜めにソギ切りすることで味が染みやすくなること、乾燥シイタケを戻すときには、小さじ1杯の砂糖をいれると、早く柔らかくなることなど、名人さんの知恵も教えてくださいました。



せんだご汁に使用するジャガイモは、すりつぶしてラップに包みしばらく置きます。その後、1cm幅程度に切って、少し丸めます。



柔らかい「せん」を包丁で切ろうとするとつぶれそうになりますが、包丁は押し付けるのではなく、軽く動かすと「せん」がつぶれずに切れるとアドバイスがありました。

いよいよお鍋に「せん」を投入すると、ゴールはまじかです。



並行して作った、五和町の郷土料理の「ひじきご飯」も出来上がりました。



器に盛りつけ、出来上がりです。



最後に、名人さんも生徒さんの感想を聞きながら、一緒に「せんだご汁、ひじきごはん」を試食しました。会話の中では名人さんとおばあさんやお母さんが知り合いなど、地域ならではの会話も聞こえてきました。



さて、今年度の出前講座の報告はこれで最後です。
ありがとうございました。