

# 三陸新報

## オリジナル弁当の参考に

### 九条小 5年生 三浦さん(店主)がアドバイス

気仙沼の食材を使った弁当メニューを考えている気仙沼市立九条小学校(熊谷聖校長)の5年生が5日、市内の料理人から調理のコツや工夫の仕方を教わった。

5年生52人は、気仙

沼の魅力を探るため、農水産物をテーマに学習。3学期は調べた成果をもとに、グループごとにオリジナルの弁当を作る。

この日は、本番に向けてプロから技術を学ぼうと、「気仙沼の魚を学校給食に普及させる会」の協力で、市内南町「旬の味 ころだい」店主の三浦宏悦さんが来校。メカジキの中でも身が赤身がかった「ピンクメカジキ」の切り身を使ったステーキをメインに、調理方法をアドバイスした。

三浦さんは、メカジキを焼く際には、焼き色を付けたり味を染みやすくしたりするため、小麦粉をまぶすこ



三浦さんからアドバイスを受ける児童

とや、ほかのメニューにも応用できるしょうゆベースのソースの作り方などを説明。メカジキの調理方法は「サケやタラなどほかの魚でも活用できる」などと伝えた。見栄えを良くするためのブロッコリーやキュウリ、トマトなどの切り方も工夫して見せた。

子供たちは三浦さんの包丁さばきや手際よ

く料理を仕上げる姿を間近にし、今月中旬に本番を迎える弁当作りに向け、ポイントを書き留めるなどしていた。

タコを使ったメニューを考えているという畠山拓也君は「プロが料理する姿を見てもますますやる気がわいた。飾りに使う野菜の切り方も参考になった」と話した。