

ヘンプバーガーや麻ミルク羹など「麻の実」を使ったレシピを学ぶ 食文化スタディ「麻」 全国 120 教室にて今月より開講

株式会社サンリッチ(本社:東京都中央区、代表取締役社長:灘吉利晃)では、全国 120 教室を展開する手づくり総合教室「ホームメイド協会」にて、9月8日(火)より全国 120 教室にて、マグネシウム、鉄分、銅、亜鉛などのミネラルを豊富に含み「天然の美容サプリメント」とも言われる「麻の実」を使用した食文化講座「麻」を開催いたします。

「食文化講座」は食材や「食」にまつわるテーマをピックアップし、栄養や効能、調理のコツなど「食」をより深く掘り下げ、知識と理解を深めるホームメイド協会の人気講座です。

9月と11月は、以前開催し大きな反響を呼んだテーマ「麻」をとりあげ、食文化スタディを開催いたします。9~10月の講座では麻の実を材料にした「和菓子」、11月は同じく「パン」をテーマに進めてまいります。「麻」(麻の実)は現代人に不足しがちなミネラルや良質のタンパク質、さらに各種ビタミンなど豊富な栄養分を含み、「天然のサプリメント」とも言われる優秀な食材です。

本講座では「麻」専門のレストランシェフの協力の下、麻の実ナッツ、麻の実粉、麻ミルクを使用したヘンプバーガーや麻ミルク羹などのレシピを紹介いたします。また、参加された方には麻の実クッキングのDVDとレシピをプレゼントいたします。「麻」を用いた様々なレシピを知っていただくことで、より気軽に「麻」を味わっていただくとともに、不足しがちな栄養分を日常的に摂取できるヘルシーライフを送っていただければと考えております。



「麻の実クッキング」DVD

★「天然のサプリメント」とも言われる、麻の実の栄養素★

「麻」(麻の実)は現代人に不足しがちな鉄分やマグネシウム、亜鉛などのミネラルや良質のタンパク質、さらに各種ビタミンなど豊富な栄養分を含んでいます。その効能は単なる栄養補給だけでなく、エイジレス効果や良質な筋肉を形成するのにも役立ち、「天然のサプリメント」とも言われています。

麻の実には大豆と同程度のタンパク質が含まれ、またアレルギー物質を含んでいないため、アレルギー対応食やベジタリアンフードにも適しています。麻の実は堅い外殻を剥いた「麻ナッツ」、実を搾って作った「オイル」、実を挽いた粉が主に用いられます。さらに豆乳と同様の製法で作る「麻ミルク」や「麻おから」などもあり、幅広い調理に活用することが出来ます。



各種「麻」製品

★講座で使用するのはカナダ産農薬不使用の「麻の実」★

麻は1年草で成長が早く、病害虫にも強いいため農薬や化学肥料が必要ありません。中央アジア原産ですが現在では世界各国で生産され、繊維やプラスチック、医療など様々な用途に活用されています。日本でも古来から親しまれてきた植物ですが、マリファナのイメージと結びつけられ、栽培が規制されています。そのため、食材としては定着していません。

講座で使用するのは質の良さで定評のある、カナダ産の農薬不使用の「麻の実」。栄養たっぷりでありながらオーガニックな栽培方法の麻は、スローフード指向の現在にもマッチする古くて新しい食材といえるでしょう。

食文化スタディ「麻」概要

- ・開催日時：9月8日(火)～11月30日(月)
AM 10:00～/PM 13:30～/PM 18:30～(約2時間30分)
- ・会場：全国のホームメイド協会の教室120校
(※詳細はお問い合わせ下さい。)
- ・内容：麻を使った食文化調理実習と試食
- ・実習メニュー：9～10月開講、食文化スタディ「麻」(和菓子)
①麻の実餅 ②麻ミルク羹
11月開講、食文化スタディ「麻」(パン)
①ヘンプバーガー ②ヘンプスティック
- ・応募方法：開催教室に直接お申込み下さい。
- ・金額：一般：4,500円、ホームメイド協会会員：3,900円
- ・協力：ニューエイジトレーディング、レストラン 麻
- ・応募締切：定員になり次第締め切り



「食文化講座とは？」

手づくりで支える「食の安全と健康」のネットワークづくりを推進するホームメイド協会が、食育のための活動機会と場を提供し、各食品関連事業者・食品団体との連携を通じて“食に関する体験的な講座”として開催している「食文化講座」。本講座は、食品関連事業者・食品団体の専門的な食知識を学ぶとともに、本格食材を実際に家庭で料理に利用するための調理法を学べる講座となっています。2009年4月のリニューアルにより、食文化共催講座、食文化スタディ、食文化スペシャルの3つのスタイルにて展開していきます。

【これまでの主な講座テーマ】(テーマ:協力団体)

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| ★ チーズ: チーズ普及協議会 | ★ ドイツ家庭の味: ドイツ農産物振興会 |
| ★ ごま: (株)オニザキコーポレーション | ★ イタリア: 谷本英雄シェフ |
| ★ イカ: 全国漁業共同組合連合会 | ★ トスカーナ: ルッカ国際料理学院 |
| ★ 紅茶: シャンティ紅茶・ノリタケ | ★ ギリシャ: ギリシャ政府観光局 |



ホームメイド協会について

～毎年約2万人生徒が増加中 受講者延べ人数は70万人超～

ホームメイド協会は、全国に120箇所の教室を展開している手づくり総合教室です。1973年に、現代表取締役社長の灘吉利晃により創立。パン教室からスタートし、独自のパン製法を開発、多数の特許を保有しています。

また近年は、天然酵母の研究、天然酵母パンの開発にも力をいれています。

→お問合せ先

ホームメイド協会 キッチン倶楽部事務局 TEL: 03-3276-1882