

メタボ対策として注目される「桑」を使ったレシピを紹介 食文化スタディ「有機桑茶」開催 日本古来の有機農業で作られた島根県・桜江町産の桑葉を使用 5月20日(水)～ 全国のホームメイド協会にて開催

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121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、5月20日(水)より、近年、ミネラル、マグネシウム、鉄分、ビタミンE、繊維質などを含みメタボ対策としても注目を浴びている健康食品「桑の葉」を使用した食文化講座「有機桑茶」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。

2009年4月の講座リニューアル後、第2回目となる5月には、「桑の葉」にスポットを当てた食文化スタディを開催いたします。桑葉加工品は現在、健康食品として桑茶やサプリメント、青汁、桑抹茶などに商品化され、甘いものが好きな方や最近ちょっとメタボが気になる方、忙しくてなかなか野菜を摂る事ができないビジネスマンやOLの方など、様々な人が、ご自身の健康管理や料理、お菓子作りの食材用にも幅広く利用されています。

本講座では、桑茶、桑青汁、桑の実ジャムなど、桑製品を使用したレシピを紹介し、「桑の葉」をお茶として飲むだけでなく、うどん等の料理を通して、より気軽に味わっていただけるスタイルを提案します。

★欧米ではハーブの一種、中国では生薬に活用 桑の注目の栄養素★

日本では、絹をつくる蚕の飼料のイメージが強い植物ですが、欧米では桑の実がハーブの一種とされ、中国では桑の実と桑葉が生薬として一般的に利用されています。桑葉はお茶の葉よりもカルシウムが約6倍、鉄分は約2倍と高く、野菜と比較してもカルシウムはキャベツの約40倍、鉄分はカブの140倍も多く含まれています。(*)さらに、食物繊維もゴボウと同程度含まれているため、機能性食品として、さまざまなレシピへの応用が期待されています。

* 神奈川県科学技術政策推進委員会発表 「機能性食品における共同研究事業報告」データより

★講座で使用 農薬や化学肥料を使用せず、人の手による昔ながらの丹精込めた栽培を今も受け継ぐ、島根県桜江産の桑葉★

島根県の中央部に位置する桜江町の桑茶づくりは、中小企業地域資源活用認定事例に採用され、さらに多くの桑圃場と本社加工工場は「有機 JAS 認定」を受けています。また近年、桜江町の桑の葉には「Q3MG」というポリフェノールのひとつ、「フラボノール」が島根県と島根大学医学部の共同研究で発見され、ますます注目を浴びています。



島根県桜江町の桑茶生産組合製品

食文化スタディ「有機桑茶」概要

・開催日時：5月20日(月)～6月30日(火)

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121校

(※詳細はお問い合わせ下さい。)

・内容：有機桑茶の食文化調理実習と試食

・実習メニュー：①手打ち桑抹茶うどん

②桑衣の鶏ささみ梅じそロールと揚げトマト

③桑抹茶塩

④桑の実羹

⑤有機桑茶

・応募方法：開催教室に直接お問い合わせ下さい。

・金額：一般：4,500円

ホームメイド協会会員：3,900円

・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: 谷本秀雄シェフ |
| ★ 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121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