


## 平成30年度 大学生・短期大学生による食育キャンペーン 実施報告書

記入日：30年 12月 20日

グループ名	学校教育学類 家政教育専修 4年
活動名	ジビエ料理教室
活動詳細 (記載事項(例)) 日時(期間) 対象・参加者数 場所 目的 内容	日時：平成30年11月28日(水) 12:00～15:00 対象：金沢大学の学生14名 場所：人間社会3号館 3階 調理学実習室  目的：学生にとって馴染みのないジビエの料理教室を行うことで、少しでもジビエを身近に感じてもらう、関心を持ってもらうと共に、調理法の一つとして、これからの食生活に役立てられるようにすること。 内容：ジビエ料理専門家の方を講師としてお招きし、参加学生に調理の指導やジビエに関するお話を頂いた。実施する前には、講師の方のアドバイスを頂きながら何度も試作を行い、料理初心者でも作りやすいようなレシピを作成した。メニュー：イノシシ肉のパエリア
感想、参加者の反応、工夫した点等	ジビエを食べた感想について、参加者の全員から、おいしかったと好評価を得られた。また、今後また作りたい。イノシシ肉をもっと食べてみたいなど、ジビエ料理について前向きな感想がたくさんあったことが嬉しかった。

※参考資料等がある場合は、添付してください。

※可能な限り、食育キャンペーンに関与した学生を対象に、別紙のアンケートを行い、添付してください。

※県ホームページ等で紹介しても差し支えない内容としてください。(個人名は記載しないでください。)

※用紙が不足する場合は、追加してください。

## ジビエ料理教室の実施

日時：2018年11月28日(水) 12時～15時

場所：金沢大学 人間社会3号館 3階 調理学実習室

参加者：金沢大学の学生14名

内容：ジビエ料理専門家の點田賢治さんを講師としてお招きし、参加学生に調理の指導やジビエに関する講習をして頂いた。

初めに點田さんにジビエについてお話して頂く。その後5人で1グループになり、3グループ作る。點田さんに実演して頂きながら料理手順を確認する。説明後にグループごとに料理を作り、試食をする。その後アンケートを記入してもらい、片付けをして解散の流れとする。

### ○活動の様子



## イノシシ肉のパエリア



【材料】5,6人分

- ・米 2合
- ・イノシシ肉 150g
- ・にんにく 1かけ
- ・玉ねぎ 小 1/2個
- ・エリンギ 1本
- ・パプリカ 赤・黄 各 1/2個
- ・さつまいも
- ・れんこん
- ・アスパラガス
- ・ホールトマト缶
- ・カイワレ大根 少々
- ・レモン 薄切 2枚
- ・えび 5,6尾
- ・アサリ 1パック
- ・イカ 1パイ
- ・塩 少々
- ・オリーブ油
- ・白ワイン 100cc
- ★水 250cc
- ★ほんだし 少々
- ★カレー粉 小匙 1/2

### 【作り方】

1. 竹串でえびの背ワタを取る。あさりをボウルに入れて流水の下で、貝をこすり合わせるようにして洗い、水を切っておく。
2. イカの胴の中に親指を差し込み、わたと胴が繋がっている部分を引きはがす。左手でえんぺらを押さえ、右手で頭をしっかりと握りながらゆっくりと引き抜いてわたを取る。胴の裏側についた軟骨を取り外す。わたと頭の境目に包丁を入れ、わたを潰さないように切り離す。げその付け根に包丁を入れ、頭を切り落とす。えんぺら、胴、げそは食べやすい大きさに切る。
3. ★を合わせ、よく溶いておく。
4. エリンギ、パプリカは人数分に切る。れんこん、さつまいもは皮をむいて1cm角に切る。にんにくはみじん切りにする。玉ねぎは粗みじん切りにする。アスパラは皮をピーラーでむき、穂先は食べやすい大きさ、下の固い部分は小さく切る。ホールトマト缶のトマトは角切りにする。
5. イノシシ肉に塩を振っておく。
6. 温めた鍋にアサリを入れ、白ワインをまわしかけて蓋をし、さっと蒸す。ざるにキッチンペーパーをしき、そのアサリのスープをボウルにこして冷ましておく。

7. フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくを黄金色になるまで焦がさないように炒める。一度火を止めフライパンを冷やして温度を下げる。冷めたら再び火にかけ、中弱火で玉ねぎを炒める。玉ねぎが透き通ったら火を止める。
8. 別のフライパンにオリーブ油を入れ、強火で肉を白っぽくなる程度に炒める。野菜、えび、イカを加えて軽く炒める。
9. 6の玉ねぎの入ったフライパンに、米を入れ弱火で炒める。(油で米をコーティングする)米が炒まったら中火にして合わせた出汁★と、こしたアサリのスープを入れる。肉、えび、イカを入れて一旦火を止め具材を盛り付ける。
10. 盛り付けたら強火にかけて沸かす。沸いたら蓋をして中弱火で約 20~30 分蒸し、火を止めて 10 分蒸らす。最後の 1 分でアサリを加えて再び蓋をする。
11. お皿に盛り付けてカイワレ大根を散らして完成。



皆さん“ジビエ”という言葉を知っていますか？

ジビエとは狩猟によって捕獲された野生鳥獣のことです。

今回はジビエ料理として、イノシシ肉を使ったパエリアを作ります！皆で作って食べて楽しくジビエを学びましょう！

# ジビエ料理を学ぼう！

日時 11月28日(水)

12時～

場所 人間社会3号館

3F 調理実習室



○ジビエ料理教室に参加をした感想

・初めて食べたけど、イノシシ肉はおいしかったです！パエリアも思っていたより簡単に作れたので、また作ろうと思います。

・おいしかったです。ありがとうございました。

・とても美味しくいただきました。ありがとうございました。

・初めてジビエ料理を食べたのですが、他のお肉と同じくらい普通に食べられました！ジビエやフランス料理について聞いたのも良かったです。

・イノシシ肉のパエリア、初めて食べました。とてもおいしかったです。

・イノシシ肉はクセが強くて食べにくそうなイメージがありましたが、全然そんなことなく、とてもおいしかったです！また違う料理を食べてみたいです！

・今日はイノシシ肉の量が少しかったので、お金を出しても良いので、もっと食べたいと思いました。

・他の肉や部位と食べ比べてみたくなりました。

・イノシシ肉は初めて食べましたが、とてもおいしかったです。普通のスーパーでも手軽に手に入るようになればいいなと思った。