

2011年4月20日富士町市川地区で野草料理講習会

富士町市川地区で、地元の農業・グリーンツーリズムインストラクターの水田強さんのご指導で「食べられる野草の学習と料理」を15名で体験しました。山の斜面に自生しているわらび、ぜんまい、うど、タラの芽、等々を採取し、その後ふれあい館で水田さんの奥さまに料理を教えてもらい、おいしく戴きました。初めて食べた山藤の花と柿の新芽の天ぷらは珍味でした。



野草採取



調理

長閑な里山の急斜面で
わらび、うどなどを採取

水田さんに野草の見分け方
や採り方を教わりました

出来上がりメニューは…
天ぷら、酢みそ、ごま和え、
煮物、汁物に、黒米ご飯に
ヨモギ餅など多彩な料理を
いただきました。



材料は…わらび、ぜんまい、
ウド、たらの芽、よもぎ、
せり、柿の葉、イタドリ、もち
米、黒豆、はな豆、etc.



試食・交流



最後に桜の下で全員で記念写真

あなたも本部環境委員会の活動に参加しませんか？

お問い合わせは、コープさが生協総務部組織企画グループ(担当・牧)まで 0952-31-3977