

# 親子クッキング

船橋市塚田公民館

6月27日・公民館内実習室

生のイワシを手開きすることから始め、旬の食材を使うことが大切で、おいしく食べる事につながるこの話を聞きながら、親子で楽しく調理した。

- ・イワシのパン粉焼き
- ・ケチャップライス
- ・青菜のスープ