

県産米粉で作る、おいしいもちもちパン

11月22日(土)、仙台市ガス局ショールームの調理室をお借りして、宮城県産のひとめぼれを使った米粉パンを作る市民講座「米粉パンを作ろう!」を開催しました。

小麦粉がなくてもパンがつくれるの?普通のパンと作り方はどう違うの?米粉パンを見るのも作るのも初めて!と集まった参加者は、興味津々です。生地をペタンペタンと表面にツヤが出るまで、たっぷり時間をかけてこねた後、分割し、形を整えてからオーブンで焼きます。

現在、日本で使われている小麦のほとんどは海外に依存していますが、休耕田を活かし、米粉の生産量を増やす動きも見られるようになりました。米粉はパンの他にも、てんぷらやお好み焼き、唐揚げなどいろいろな料理に使えます。「食の安心安全は全てに優先する。米粉を通して農業や食料のことを考えてもらいたいです。」との講師の先生のお話に参加者は深く頷いていました。

オープンにかけたパンがふっくらと焼け、試食タイムに入ると参加者からは歓声が。原料がお米なので、もちもちとしていて、かめばかむほど、



講師の齋藤貞二さん
(フードコーディネーター、米パン専門店)



↑米パン専門店のマークです

甘みが増してきます。参加者それぞれが色んな思いを込めて作ったパンの味は格別。トッパーを持参し、お土産に持ち帰ったり、熱心に講師の先生にレシピの質問をしたりと、最後まで活気に満ち溢れたパン教室でした。今回の講座を企画した緑・食部会では、今後も「食」の動向に注目し、農業再生への手がかりを探り続けます。



交代で生地を練りました



皆気になる、ドキドキの焼き上がりは…?



あんこを包んでアンパンに挑戦



ふっくらおいしくできました!



パパにもお土産♪