

家族ふれ愛講座実施報告書

講座名：令和7年度 第7回 家族ふれ愛講座

日時：2月7日(土)午前10時00分～12時00分

参加者 7家族19名 (大人 9名 子ども10名)

テーマ：～米粉でミニピザを作ろう～

講師： 下方 緑さん (公民館講師)

場 所：かむかむプラザ (公民館) 2F 料理教室

内 容

1. 開講挨拶
2. 講師紹介
3. 講座開始
・米粉でミニピザ作り
4. 閉講挨拶

講 座 の 様 子

- ・まずは、講師の前までに集まり、作り方の説明を受けました。
- ・ボールに米粉とサイリウムを入れまぜます。サイリウムを入れないと生地がまとまらないそうです。
- ・くぼみを作り砂糖、塩、ぬるま湯に溶かしたイーストを入れまぜます。次にオリーブオイルを入れゴムベラで3分まぜ、丸い形に整えます。オーブンで(250℃で25分)一次発酵をし、いよいよ成形です。手にオリーブオイルを塗り2～3個に分け丸めます。子ども達は、粘土をこねるように楽しそうに丸めていました。手で中央を薄くフチを厚くしてのばします。ピザソースを塗り具材(ソーセージ・ブロッコリー・チーズ等)を乗せて予熱したオーブン(250℃)に入れ10分～15分で出来上がりです。
- ・作ったピザは、熱いうちにラップに包み家に持って帰りました。先生が作られたあつあつのピザは、一切れずつ分けていただいたので子ども達も喜んでいました。
- ・アンケートでは、「ふれ愛講座は、親子でいろいろ体験できて楽しかったです！」などのお声をいただきました。

