



新潟県長岡市にて稲刈り体験

田植えには、親善大使である中澤佑二さんとChefooDoメンバーである館野雄二料理長が参加しました。稲刈りには日程の調整が難しいということもあり、今回はビデオメッセージでの参加となりました。



今年六月に新潟県長岡市にて開催したPass the smile projectにて田植えを行った稲が立派に育ち、いよいよ収穫の時期を迎えました。田植えを行った長岡市立川口小学校の五年生が生産者である平澤さんのご指導のもと、十月十三日に稲刈りを行いました。



Pass the smile project 親善大使 中澤 佑二

中澤佑二さんからのメッセージより抜粋
田植え、そして稲刈りを体験することで、何気なく食べているお米もより大切さがわかり、美味しく食べられるのではないのでしょうか。植えてから収穫までの間、平澤さんが育ててくださったお陰で収穫することができています。当たり前のように食べられるものも、育ててくれる人がいるからこそ美味しく食べられるのです。感謝の気持ちを持って食べて、大きく成長していただく。



みちば和食たて野 店主 料理長 館野 雄二

館野雄二料理長からのメッセージより抜粋

みんなが植えたお米はきつととても美味しいはず。なぜなら、収穫まで影でしっかりと平澤さんが管理してくださっているからです。食材を作る大変さを感じることで、作ってくれる人への感謝、食べられることへの感謝の気持ちが生まれたのではないのでしょうか。これからも感謝の気持ちを忘れずに、美味しく食べてください。

日々の当たり前前の食事は、実は当たり前ではないということを感じることができたのではないのでしょうか。これからも感謝の気持ちを忘れずに食事を楽しんでいただきたいと思います。

築地キッチンスタジオ information

レンタル利用お得情報！
忘年会・新年会におすすめプラン★

そろそろ忘年会のシーズンが近づいて参りました！築地キッチンスタジオでは、忘年会にピッタリのお得なプランをご用意しております。お店での忘年会も最高ですが、プライベートな貸し切り空間でわいわい盛り上がるのはいかがでしょうか。

十二月一日〜一月三日は平日一六時〜二二時のお時間内にて、最大五千円がお得になる四時間三万六千円（税抜）のパックがご利用いただけます。

◆忘年会にピッタリのポイント◆
・貸し切り空間なので騒いでOK！
・調理器具完備！鍋パーティーなどみんなで作って楽しめる！



事前のお荷物預かり可能！当日は手ぶらでOK！
築地場外市場で食材を購入して、築地キッチンスタジオで料理を楽しむのもおすすめです。忘年会シーズンはどこのお店も混雑が予想されるので、完全貸し切りのプライベート空間で楽しむのはいかがですか。

広々としたキッチン。可動式の机もあるので鍋パーティーもおすすめ。
見学は無料ですので、kitchen@chefoo.jp までお気軽にお問合せください。

ChefooDo 今後のスケジュール

年度末まで、ChefooDoはイベントや料理教室、講習会など目白押しとなっています。併せて来年度に向けての準備も進めておりますので、ChefooDoにやっほしい事などございましたらお気軽にお声がけくださいませ。

◆二〇一九年十一月◆
・五日（火）中野区立上鷲宮小学校 スーパー給食 (Chef's Lunch) : 担当工藤シェフ
・十二日（火）新宿区東長寺こども食堂ボランティア : 担当尾身さん、堀江さん
・十七日（日）第七回 Es:17 ランプリ : 審査員中嶋料理長
・十七日（日）東京都日本調理技能士会「食べる展覧会」@築地キッチンスタジオ



学校給食 調理風景

・二四日（日）アスリートのための料理教室・日本女子体育大学 : 講師館野料理長
・二八日（木）熊本県食育体験バスツアー : 担当館野料理長
・三〇日（土）新潟県上越市食育実践セミナー : 講師堀江さん



講習会 デモンストレーション

◆二〇一九年十二月◆
・一日（日）親子のための料理教室・食糧学院 : 講師沢辺先生
・三日（火）横浜市立いぶき野小学校和食授業・講師館野料理長
・二六日（木）文京区米粉講習会 : 講師館野料理長
◆二〇二〇年一月◆
・十六日（木）中野区米粉講習会 : 講師浅水屋シェフ
・二五日（土）熊本県食育シンポジウム
・二五日（土）渋谷区景丘の家 アートスクール : 講師五十嵐シェフ、安田さん

◆二〇二〇年二月◆
・一日（土）北海道旭川米セミナー : 担当今井シェフ

◆二〇二〇年三月◆
・渋谷区景丘の家アートスクール : 講師尾身さん

こども食堂での活動もスタートします！
少しずつではありますが、こども食堂にメンバーがお伺いするなどの取り組みがはじまります。来年一月からは渋谷区景丘の家（アートスクール内）にて、料理教室の講師を各月で女子部メンバーが担当させていただきます。今後、ChefooDoの応援を宜しくお願い致します。

ChefooDo 女子部のお悩み相談掲示板スタート



第9回イタリア料理専門展 ACC I Gusto2019

～陳 建太郎シェフ出演～

二〇一九年十月九日、十日の二日間に渡り開催された第九回イタリア料理専門展 ACC I Gustoにて、ChefooDoメンバーである中国料理人の陳建太郎シェフがデモンストレーションコーナーにて講師として出演されました。

イタリア料理専門展ではありませんが、陳建太郎シェフのデモンストレーションでは御爺様にあたる陳建民シェフの故郷の味である「豆花牛肉く牛肉とおぼろ豆腐の麻辣仕立て」を披露されました。豆花牛肉は、白い麻婆豆腐ともいわれる牛肉と豆腐を塩味ベースのあんこで煮たものに、唐辛子と粉山椒を振りかけ、最後の仕上げに約二〇〇度の高温まで熱した油を回しかけます。高温の油が「じゅわ〜」っという音を立てて注がれていく際は、観客席からも歓声が上がりました。期待も高まりました。

デモンストレーション後は試食も提供され、「美味しい！辛い！」の感想が響き渡りました。

仕上げのトッピングには、パクチーや万能ねぎが合うようですが、パクチーは好みが変わるため今回は万能ねぎにするという配慮に陳シェフの優しい人柄も垣間見れました。



イタリア料理専門展で陳シェフのデモンストレーションをご覧いただくことで、イタリア料理の魅力と中国料理の美味しさの両方を感じられるイベントになったのではないのでしょうか。



美しく洗練されたお菓子や、お子様向けのお菓子なら私におまかせ！

中華料理なら私におまかせ！家庭でもおしく作れます！

マクロビに関することは私におまかせ！野菜のレシピもたくさんあります！

「塩」に関することならなんでも私におまかせ！

身近な材料で手早くできる料理なら私におまかせ！子育てもベテランです！

スピーディーで作りやすいアイデアメニューなら私におまかせ！

新米ママのお悩みなら私におまかせ！

「おから」のことなら私におまかせ！活用方法たくさんあります！

女子部掲示板はこちらから シェフDo女子部のお悩み相談掲示板

今月より女子部ホームページにて、「お悩み相談掲示板」がスタートいたしました！女子部のメンバーがみなさんの日々のお悩みにお答えいたします。ちょっと気になるけど誰に聞いたらいいの？ということから、料理の専門的なことまで幅広くお答えいたします。ChefooDo女子部のホームページより投稿できますので、お気軽にご連絡ください。(※質問内容によってはお答えできない場合がございます。ご了承ください。)

TEAM☆ChefooDo 「子供のための料理」

前号に引き続き「子供のための料理」特集です。皆様もご参考にしてみてはいかがでしょうか？



②子供達が苦手な野菜は食べやすいようにスープにしたり、ワンプレートにして食べやすく色合いも気をつけてワクワクしながら食べてもらいたいです。旬のお野菜や果物も食べるように心がけています。

食の新しいWEBメディア「食めぐ」さんに掲載していただきました！



今年六月に山梨県にて開催された「第十四回食育推進全国大会」での出会いをきっかけに、食の新しいWEBメディアとして人気の「食めぐ」さんとのご縁が繋がりました。

「食めぐ」さんは、「美味しい」「プラス」「こだわり」を誰でも投稿することができると新しい「食」のコミュニケーションサイトです。WEBメディアを通じて「食育を推進」されているという点で、ChefooDoとも共通点があり、今回私共のイベントを記事として取材していただきました。

取材に来ていただいたイベントは十月二十九日に築地キッチンスタジオにて開催した「野菜のムダをなくそう企画Vol.1」マクロビ×フードロスです。この企画は、フードロスだけをテーマにするのではなく、他のテーマと掛け合わせることで、多くの方にフードロスについて考えるきっかけを作りたいという想いで運営しています。私たちのこの想いをしっかりと記事に盛り込んで

んでくださったので、ChefooDoのことをご存じでない「食めぐ」ユーザーの方に新たに知っていただく機会となれば幸いです。



▲食めぐさんはどなたでも無料で使えます！

同じ「食育」をテーマとして活動している団体として今後もぜひ、連携させていただきなからChefooDoとしても多くの情報を発信していければと考えています。「食めぐ」さんをきっかけに、ChefooDoを知っていただきたいのはもちろん、「食」や「食育」に興味関心を持つ人が少しでも増えていくことを願っています。すべて無料で使用できるとも面白いメディアですので、みなさんもぜひ一度ご覧ください。

<https://www.shoku-megu.com/>

十二月四日 和食の日

「1204和食セッション」が開催されます！

「和食」がユネスコに無形文化遺産登録された十二月四日を記念して、二〇一五年より毎年開催している「1204和食セッション」が、今年で第五回を迎えます。全国各地で和食文化の保護継承に取り組んでいる方々が集い交流する機会です。

このイベントは和食会議員以外の皆様にも公開していますので、ぜひ、お誘いあわせの上ご参加してみてください。

【開催概要】

日時：十二月四日(水)
十三時～一七時(一二時三十分受付開始)

場所：JA共済ビルカンファレンスホール 東京都千代田区平河町二-七-九 JA共済ビル(地下鉄「永田町駅」徒歩二分)

テーマ：「次世代に伝えたい和食」
主催：一般社団法人和食文化国民会議
※お申込み方法は、挟み込みのチラシをご覧ください！