

2014カワラッキー賞 カワラッキー賞受賞

菜食健美 美卵 宮本美都子

*** 今日のごはんは明日の体をつくる ***



↑バターの材料



親子で
バター作り

↑生クリーム、牛乳、塩の入った容器を音楽♪に合わせて振ります。

できたバターをカフェ&ベーカリーふるふるの食パンにつけて試食 →

雑な食生活を見直してもらい、食の向こうにたくさんの意味や思いがあることを知ってもらうため、8月にレストランOmiで「シャカシャカバター体験」を行いました。親子45人が生乳を使ってバターを作り、「乳製品の栄養素」、「牛乳・乳製品のできるまで」、「家畜の一生について」の話を聞き、命の大切さを学んでもらいました。

今後は、農産物の栄養素等も教えていきたいです。