

浜田の海の食材を知ろう！



浜田市食育推進キャラクター
びいびくん

R6.8.6 食育講座

アジの三枚おろしの実演や、ところてん突き体験をしたり、おやつにアレンジしたメニューを紹介しました。



アジの三枚おろしの実演の様子です



枝豆ごはん

<ほねせんべい>

大人も
おいしい一品！

ポイント



アジの中骨はレンジで
2～3分熱を加えると揚げた
ような仕上がりになります！

ところてん突き
体験をしています

ムニエル用

背開き

ところてん突き

夏のおやつにぴったり！

てんぐさ

二種類（酢醤油、きな粉）の味の
ところてんをいただきました。



みんなおいしそうに食べています。