

浜田の海の食材を知ろう！



R6.8.6 食育講座

浜田市食育推進キャラクター
びいびくん

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

くほね骨せんべい

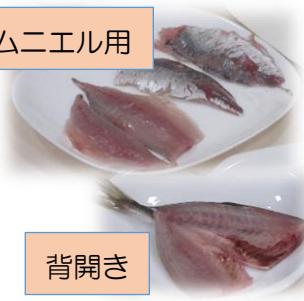
大人も
おいしい一品！

POINT



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！

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。



いただきます！