

# 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

R7.8.5 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。



ムニエル用



背開き



アジの三枚おろしの実演の様子です



← ぜいごを取っています



枝豆ごはん



<ほねせんべい>



新鮮なアジ！



**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

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。



大人も  
おいしい一品！



いただきます！



みんなおいしそうに食べています。