


 佐賀県立男女共同参画センター
 佐賀県立生涯学習センター

☎ 0952-26-0011

📍 交通アクセス

✉ お問い合わせ

男女共同参画センター

生涯学習センター

DV総合対策センター

相談する

図書を借りる

視聴覚機材や
PCを借りるホールや研修室を
借りる
[トップページ](#) > [男女共同参画センター](#) > [講座レポート](#) > [29年度](#) > [男性の家事参画促進講座](#) > 「ひと味違う！男子ごはん」(第2回)を開催しました

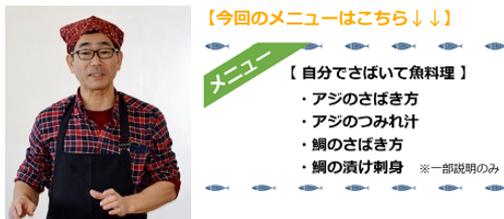
「ひと味違う！男子ごはん」(第2回)を開催しました

平成29年度 男性の家事参画促進講座 *佐賀男ディ(ダンディ)5段チャレンジ事業

料理ができる男子はカッコイイ！

家族や友達へのおもてなしにオススメのひと味違うメニューで学ぶ

男性向け料理教室(全3回)の第2回を開催しました。(平成30年1月21日(日)開催)



講師は、テレビ出演や料理本の執筆など多方面でご活躍中の筋肉料理人 藤吉和男(料理ブロガー)さんです。



最初に鯛のさばき方を学びました。今回は、「鯛の漬け刺身」をつくるので、刺身にできるようなさばき方を講師の藤吉さんから教えていただきました。魚の基本構造は大体共通しているの、構造を知れば魚をさばく時に役に立ちますとのアドバイスをいただきました。

「鯛の漬け刺身」は、用意された鯛のさくを使ってつくりました。



続いて、アジのさばき方の説明です。食中毒など安全面への配慮についても教えていただきました。参加者のみなさんは、この後一人でアジを1尾さばいてつみれ汁をつくるので、講師の説明を聞き逃さないようにまた、さばく手順を見逃さないように身を乗り出していました。



参加者のみなさんは、分からないところを藤吉さんに個別に教えてもらったり、お互いに教え合ったりして、アジをさばきました。自分でさばいたアジをたたいてつみれ汁にしています。



「鯛の漬け刺身」と「アジのつみれ汁」の完成！お店で食べるようなちょっとした定食になりました。

いよいよ、待ちに待った試食時間♪

みなさん自分達でつくった魚料理を堪能しています。



最後に、講師の藤吉さんから、今日の魚のさばき方のおさらいと包丁の種類と使い方、砥ぎ方について、教えていただきました。



【参加者のみなさんの声】

- ・妻の大変さが良くわかった。料理に興味がわいてきた。
- ・初めて魚をさばく経験ができた。また、簡単な料理をしてみて、自分の中で魚料理のハードルが下がった。
- ・アジのさばき方や鯛のさばき方の留意点や相違を知り、包丁の使い分けを今回より深く知ることができて良かった。

●○○「ひと味違う！男子ごはん」(第2回)のレシピ ●○○

- 📄 [アジのさばき方\(572KB; PDFファイル\)](#)
- 📄 [アジのつみれ汁\(389KB; PDFファイル\)](#)
- 📄 [鯛の漬け刺身\(さばき方を含む\)\(429KB; PDFファイル\)](#)
- 📄 [アジのたたきの作り方\(421KB; PDFファイル\)※説明のみ](#)
- 📄 [アジの骨せんべいの作り方\(347KB; PDFファイル\)※説明のみ](#)

[戻る](#)

[アバンセとは](#) | [リンク集](#) | [公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)

アバンセ 佐賀県立男女共同参画センター
佐賀県立生涯学習センター

TEL : 0952-26-0011

開館時間

火曜～土曜日：8時30分～22時00分
日曜・祝日：8時30分～17時00分
(ホールは22時00分まで)

館内フロアマップ



施設利用の手続き



トップへ
もどる

FAX : 0952-25-5591

休館日

[利用料金表](#) >>

〒840-0815

毎週月曜日 (祝日も含む)

佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんだんどの森内)

12月29日から翌年1月3日まで

[施設利用Q&A](#) >>

[交通アクセス](#)

[お問い合わせ](#)

アバンセレストラン
「あいちゃん農園」
お問い合わせは
080-4312-4831