

世界45か国を旅した塩マニアが伝える

日本と世界の発酵食の魅力

塩の会社に勤めて43年。趣味は海外旅行と発酵食、
趣味で世界45か国をまわって味わった
日本と世界の発酵食の魅力について紹介します。

講師：前原淑子

(株式会社天塩、栄養士、調理師、だしソムリエ認定講師)

日時：3月9日(水)10:30～12:00

会場：三鷹市学習センター ホール

定員：30名

対象：16歳以上の方

受講料：無料

持ち物：筆記用具

申込方法：

1月14日(金)午前9時から、

【三鷹市生涯学習センター窓口】もしくは

【☎0422-49-2521】で

お申し込みください。

【市民講師デビュー講座とは】

「市民大学事業 市民講師養成コース」を修了した方が、ご自身の知識や技術を生かして行う実践講座です。

1 発酵とは

- 微生物が食品にもたらす発酵と腐敗の違いは何か？
- 発酵菌にはどんな菌があるのか？
- 発酵と塩の関係？

2 日本の発酵食品

- 世界一発酵食品が多いといわれる日本の発酵食の紹介。
- 日本のかつお節、世界のかつお節

3 世界の発酵食品

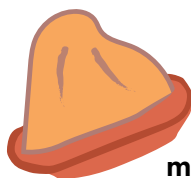
- チョコレート、シチリアのモディカチョコレート（味噌トリュフ、塩麹）
- トルコのヨーグルト、
- 発酵コーヒー、幻のコピルアック
- あなたは食べられるか？
キビヤック、シュールストレミング



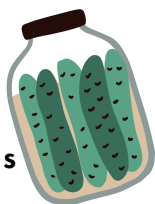
chocolate



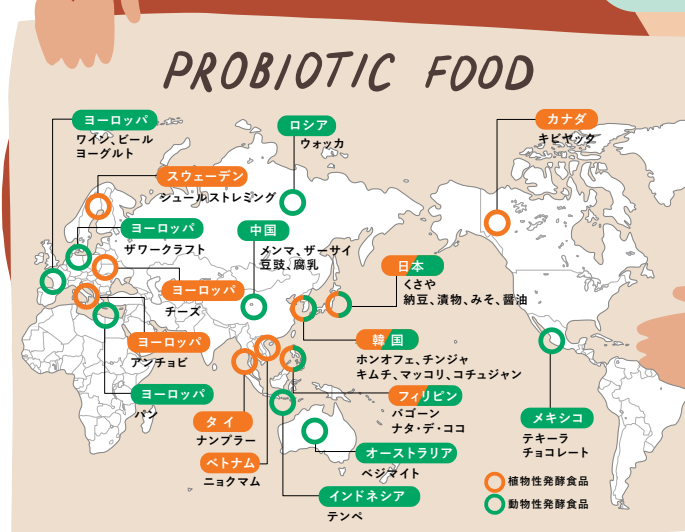
kimchi



miso



pickles



tempeh



kefir



sauerkraut

【注意事項】

- 館内ではマスクを着用してください。
 - 入室時に検温を行い、37.5度以上の方は受講できません。
 - 咳、のどの痛みなどがある場合は参加を控えてください。
 - コロナの感染拡大状況により内容の変更や中止する場合があります。
- 最新情報は生涯学習センターホームページでご確認ください。

主催：
お問い合わせ先

(公財)三鷹市スポーツと文化財団(三鷹市生涯学習センター)

<https://www.mitakagenki-plaza.jp/shogai/>

〒181-0004 三鷹市新川6-37-1元気創造プラザ4階

☎ 0422-49-2521

✉ shogaigakushu@mitaka-sportsandculture.or.jp