

## “安心やさいで森ごはん”木製セイロで美味しい蒸し野菜



▲よしだ自遊の森で採れた安心やさいを食べたり、森の中を散策したりしました。

平成30年11月11日(日曜日)

環境保全型自然体験農場よしだ自遊の森さんの運営で、「“安心やさいで森ごはん”木製セイロで美味しい蒸し野菜」が、よしだ自遊の森にて開催されました。冬らしく肌寒さがある中、森の中を散策しました。その後、みんなで料理開始です。木製セイロからのぼるあたたかな湯気が食欲をそそりました！農薬や化学肥料を使わずに育てられた安心やさいなので、まるごといただきます。素材の味がいきっていて美味しかったです。それを、甘酒とお味噌を混ぜたタレで食べると更に格別な美味しさになりました！。季節の野菜を食べて体調を整えたり、竹で器も作ったり、冬ならではの楽しみを自然の中でたっぷり満喫した講座となりました。



▲竹を使った器作り。材料を切りだすところから始めました！



▲森の中で、ゆっくりと過ごした一日でした。