

# ハーブのある丁寧な暮らし ～天然酵母で作る大人なシュトーレン～

日時 令和元年12月21日 (土) 13:00～16:00  
場所 かごしま環境未来館 1階食工房



シュトーレンは、ドイツのクリスマス定番のお菓子です。生地にはドライフルーツやナッツが練りこまれ、表面には砂糖がまぶされています。たっぷりバターと一緒に練りこんで焼いた長細い形をしたパンで、ずっしりと重く、丸持ちするのが特徴です。今回はラム酒をたっぷり塗って大人なシュトーレンに仕上げました。



講師の久保みわこ先生  
(グリーンハーバリスト)



デモンストレーション



粉ものをまぜまぜ

待ち時間のティータイムには手作りの  
チャイ、ハーブティー、アップルパイ  
の試食もありました♪

チャイ  
準備中。。。

焼きたてアップルパイ

発酵の待ち時間。わくわく。





たくさんの具材を混ぜ込んで成形を。



焼きあがったらラム酒をたっぷり。  
大人の味に。



仕上げにバターを塗って…

完成!!!



### 受講者の声



お店のよりも、  
おいしそうに出  
来て大満足！

材料の用意に、本日の出会い  
を楽しみに長い時間と手間を  
かけてしてくださった気持ち、  
心づかいが嬉しかったです。

材料ひとつひとつに愛情がたっ  
ぷりでした。

興味があることをお話しく  
ださって楽しかったです。

講師の久保先生は日々を過ごす中でその時その時に出会った食材をドライフルーツなどにして保存しておき、1年の締めくくりとしてシュトーレンなどのお菓子を作って楽しむそうです。

自然の恵みに感謝し、季節の素材を楽しみながら日々を過ごすことは、とても素敵なことですね。

みなさんもそのような過ごし方をしてみませんか？

みなさん大満足の講義となりました。