

東京聖栄大学
健康栄養学部公開講座
講座番号 No. **3**

調理のコツ講座 【座学講座】

<世界に誇る和食だしのUMAMI ~上手に使っておいしく健康な毎日を~>

「かつしか区民大学」対象講座

定員

60名

講師

東京聖栄大学健康栄養学部食品学科 教授 **大田原 美保**



講座内容

和食に欠かせない出汁(だし)の代表的な天然素材には「昆布、かつお節、煮干、干し椎茸」の4種類があります。これらに共通するのは「うま味(UMAMI)」。

うま味は日本人によって発見された第5の味覚として、和食文化を特徴づける大切な要素となっています。講座では和食のおいしさや健康的な食生活と出汁のうま味の関わりについて、昆布出汁、かつお出汁などのテイastingを交えながら学びます。

実施日時

2019年10月19日 (土) 10:00~12:00

会場

東京聖栄大学7号館(JR新小岩駅より徒歩約5分)

参加対象者

15歳以上の方

申込み方法

往復ハガキでご応募ください。

ご応募締切日

2019年9月30日【必着】応募者多数の場合は抽選になります。
※応募結果は返信ハガキにてお知らせします。発送は2019年10月1日頃の予定です。

費用

無料

持ち物

筆記用具