

こんにちは。きゅうしょくカンガルー！（奈良の学校給食を考える会）です。
明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしく願いいたします。
私たちは、おいしい給食&ほんとうの食育をめざして活動しています。

このメルマガは、私たちの活動や奈良県内の給食をめぐる状況をお知らせしたく、
今までの活動の中で連絡先を交換させていただいた方を中心にお送りしています。
メルマガ解除をご希望の方は、お手数ですが、
oishiikyusyoku@gmail.com まで解除希望の旨をお書き添えの上ご連絡ください。

■ ■ もくじ ■ ■

1 檜原 一からカレーライス、ついに完成。

■ 1 ■ 檜原 一からカレーライス、ついに完成。

12月1日、カレーライスの材料を最終準備。それぞれが持ち帰って干していたお米を粳摺り&精米し、野菜を収穫しました。そして、お米の稲でしめ縄づくり。
ひとりでは難しい作業も、親子で協力することでしっかり縄をなうことができました。

そしていよいよ12月8日、カレーライスづくりです。

自分たちで育てた材料は、お米、にんじん、じゃがいも、トマト、唐辛子。
奈良県産の材料を分けていただいたのが、玉ねぎ、にんにく、生姜、ウコン。
それ以外の調味料と、足りない分の玉ねぎは他県、他国のものを購入しました。
自給率（自分たちで育てた材料でまかなった）は60.4%、奈良県産率では87.6%
となりました（重量ベース）。

カレー作りは4班に分かれて行い、それぞれの味を味見し合いました。どの班も
同じ材料、同じレシピで作ったのですが、少しの調味料のバランスで違う味にな
り面白い！でもそもそも、普段家で食べるカレーライスはルーを使うことが多く、
スパイスから作るカレー自体を食べ慣れていないため「どんな味が正解なのか分
からない」という声がたくさんありました。

今回は、すべての材料を一から作る＝自給率100%は達成できませんでしたが、
半年間通して農体験をしていただけたこと、また援農プロジェクト「田んぼの畔

の草刈りしてお米を **Get** しませんか？」が始まり、来年に向けて参加者が増えたことが成果でした。来年はさらに自給率を上げれるように、そしてさらに楽しいプロジェクトになるように、そしてそして給食の地産率アップにつながるように、計画を立てていきたいと思ひます。

●来月もお楽しみに♪●

メルマガ発信元 : きゅうしょくカンガルー！(奈良の学校給食を考える会)

E-mail : oishiikyusyoku@gmail.com

facebook : <https://www.facebook.com/oishiikyusyoku>

事務局 : 生活協同組合コープ自然派奈良内 (奈良市今市町 40-1)
