

第7回京都府 食のみらい宣言・実践活動コンクール

優秀賞

京都府立向陽高等学校 3年 フードデザイン選択者 様

【自分自身の食に関する目標(食のみらい宣言)】

自らの手で作った丹波の黒豆のおいしさや栄養を伝えるため、黒豆アレンジ料理を実習し、良さを見いだす。



〈黒豆の収穫〉

〈自分たちで考えた料理(枝豆入り春巻き2種)〉

①揚げない簡単春巻き
(折った皮に具を入れて焼くだけ)
黒豆入りパウンドケーキ

②具たっぷり本格揚げ春巻き
黒豆入りチーズケーキ



子どもでも簡単



〈廃棄してしまう物で草木染めのランチョンマットの制作〉

(アボカドの種・黄花コスモス・大葉や万願寺の茎や葉
・コーヒークラカマ・玉ねぎの皮など)で染めて作った。



〈展示の様子〉

【目標達成に向けた実践活動についてのコメント】

- ・大豆の栄養について学習し、黒豆を苗から育てた。
- ・黒豆を使った誰もが作りやすい料理・おいしい料理を考え、調理実習をした。
- ・廃棄する材料でランチョンマットを染めた。
- ・経過を写真に撮り、校内展示・広報した。

