

## 第1回おうちでドキドキクッキングに参加した感想

### 保護者

- ・普段の料理の手伝いより、張り切って楽しくできました。料理を作るためには材料の用意だけではなく道具や食器の準備、作業後、食後は片付けをして次回使用しやすくしておく。それらは生活の根幹であるという事を今回ほんの少しではあるが、伝える事ができたと思います。
- ・あまり子どもと一緒に料理をすることがないので、とてもいい経験になりました。
- ・普段料理を手伝ってもらうことがあまりないので、夏休みを利用して、子どもと一緒に作って食べる事ができてとても楽しかったです。
- ・普段は、あまり意識して、乳製品を取り入れてなかったのですが、とても参考になりました。特に鯖の味噌煮は、普通につくるよりもおいしいので、今後もつくりたいです。
- ・カッテージチーズ作りは、初めてでしたが、とても簡単で、乳清の使いみちについても、ちらしずしだけではもったいないので、ホットケーキなどにも使ってみました。子どものチャレンジとしてだけではなく、家族みんなが食に対する関心を深めることに役立ってくれています。いつも貴重な機会をありがとうございます。
- ・子どもが乳製品はあまり好きではありませんでしたが、今回作ったことで、食べられるようになり、親子で楽しめました。
- ・近年よく話題になる生乳の大量廃棄の問題。家族でも牛乳を飲みますが、たくさん消費できませんでした。今回覚えたレシピなら、美味しく、たくさん牛乳を摂ることができます。
- ・牛乳にレモン汁を混ぜて分離する様子を観察し、できたチーズや乳清を使って料理をする。子どもの「なぜ」に親子で一緒に調べながら料理ができて、とても楽しかったです。
- ・今回は、乳清、チーズを作るという過程が難しく、時間がかかりましたが、実際にチーズができるのを見ることができてよかったと思います。ドキドキクッキングを通して、ますます料理に興味を持ってくれたらと思います。

- ・今回は、鯖の味噌煮とミルクもちに挑戦をしました。魚料理は、子ども達と一緒に料理をしたことがなかつたので今回簡単にできる鯖の味噌煮のレシピを知ることができてよかったです。自分で作った料理は毎回たくさん食べてくれるのでいっしょに作った甲斐があります。ミルクもちが想像以上にモチモチでおいしかったです。またおやつに作りたと思います。
- ・今回は姉妹で参加させていただきました。買い物からはじめ、自分たちで料理を作って、とても良い経験ができてよかったです。いつもなら残してしまう魚料理も完食でき、自分で料理を作るとこんなにおいしいと思ったと感じました。
- ・牛乳が大好きなので、今回のドキドキクッキングを楽しみにしていました。牛乳にかたくりこを入れて火にかけると、おもちのように固まってくることに驚いていました。家にあるもので簡単においしいおやつができて大喜びでした。ほとんど自分で作れたことも嬉しかったみたいです。
- ・とても簡単なレシピだったので、材料の分量から自分一人で作ることができました。家族みんなとミルクもちを食べて、父や妹から「おいしい！また作って！」と褒めてもらったので、本人も大満足でした。
- ・火を使う料理でしたが、子どもと一緒に台所に立ち、一緒に作れたことが楽しく、よい機会となりました。一緒に作って、食べて、いつも以上に会話が弾みました。おじいちゃんや、おばあちゃんも食べて喜んでくれました。
- ・どの料理も簡単でおいしかったです。チーズができる様子は、実験のようで興味深そうでした。普段の食生活で乳製品をとる機会が少ないので参考になりました。余った乳清はお漬物に使うと美味しかったです。いつも子どもたちに栄養・愛情たっぷりの給食ありがとうございます。
- ・子どもが楽しそうに料理する姿が見られてよかったです。日々のお手伝いにつながってくれたらうれしいです。
- ・家族の恒例行事になりつつあり、いつも楽しみにしています。毎回、兄弟で参加しているのですが、2人とも牛乳が大好きだということもあって、いつになく自分たちから作りたと言ってくれました。回を重ねるごとに2人で協力し、考えながら作っているように感じます。